Știați că...

◆ ...acanta este o plantă perenă cu frunze mari, penate, ade-

sea spinoase? Același nume îl poartă ornamentele capitelurilor corintice.

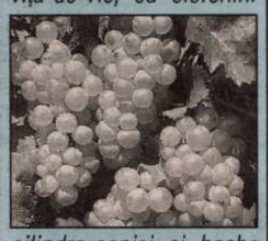
◆ ...prin kovar se înțelege un aliaj ternar, cu o compoziție de 54 la sută fier, 27 la sută nichel și 19 la sută cobalt? Este folosit la fabricarea becurilor electrice și a tuburilor electronice.

◆ ...pangolinul este un animal care se hrănește cu insecte, are corpul lung de circa un

metru și acoperit cu solzi cornoși? Unele specii trăiesc în Africa, altele în sudul Asiei.

◆ ...Babrios a fost un poet grec din secolele al II-lea — al III-lea? A fost versificator al fabulelor lui Esop.

◆ ...razachia este un soi românesc de viță-de-vie, cu ciorchini



cilindro-conici și boabe uniforme albe sau roșii? Se cultivă în special pentru struguri de masă.

◆ ...„flamenco" este un cântec și dans popular din Andaluzia? Este acompaniat de chitară și bătăi din palme.

◆ ...Loara este cel mai lung fluviu din

Franța? Are 1022 kilometri lungime.

◆ ...heliodorul este o varietate de beril galben transparent? Este utilizat ca piatră prețioasă.

Știați că...

OBIDOS — orașul reginelor

Plină de castele împodobite cu turnuri de piatră, de catedrale ascunzând între ziduri povești romantice, de poduri și de statui, de miresme îmbietoare și acorduri de fado, Portugalia rămâne permanent o țară fascinantă și misterioasă.

Unul dintre cele mai atractive locuri ale acestei țări scăldate în soare este micul oraș Obidos, aflat la mai puțin de 100 de kilometri de coastele Atlanticului. Cățărat deasupra unei lagune, orașul pare încremenit în timp, rămânând același de mai bine de 400 de ani.

Istoria sa coboară însă mult mai departe în timp. Cunoscut cu mult înainte de Hristos de fenicienii care poposeau în golf ancorându-și corăbiile, a fost ocupat în secolul I de romani care, stabilindu-se aici, l-au numit Eburobrittium. Rând pe rând, de-a lungul vremii vizigoții, musulmanii, francezii sau spaniolii au încercat să-l cucerească.

În secolul al VIII-lea maurii au construit o fortăreață și au înconjurat dealul cu un zid fortificat.

În 1148 primul rege portughez, Afonso Henriques, câștigă aici o bătălie prestigioasă împotriva maurilor, prima de acest fel, după un asediu de trei luni.

Restaurat de Cavalerii Templieri orașul este oferit de regele Dinis (1279-1325) ca dar de nuntă soției sale, Isabela, în 1282. Regina și-a petrecut aici cea mai mare parte din viață, contribuind prin donațiile făcute la înfrumusețarea locului. După ea, multe regine au continuat să găsească tot aici clipe de liniște și odihnă, Obidos devenind un dar de nuntă tradițional.

Orașul a fost puternic ancorat în istoria țării. Între 1807-1814, în timpul Războiului Peninsular, a fost scena unor lupte crâncene, armatele napoleoniene nereușind să-l supună.

La Obidos, în 1974 au izbucnit revoltele împotriva regimului dictatorului Salazar (care murise în 1968), mișcările respective ducând la căderea guvernului fascist. Orașul este și acum înconjurat de zidurile din marmură și calcar, refăcute în secolul al XIV-lea.

Biserica baptistă

Înainte de a ajunge la poarta de intrare – una dintre cele patru pe care le-a avut inițial – se trece pe lângă largul apeduct al orașului, vizavi de care se înalță o cruce închinată victoriei lui Alfonso Henriques împotriva maurilor și pe lângă biserica baptistă fondată de regina Isabel în 1309.

Stâlpul Infamiei

Poarta datează din 1380 și are în dreapta un oratoriu dedicat Sfintei Fecioare, cu un balcon împodobit în 1740-1745 cu scene biblice realizate din azulejos, vestitele plăcuțe ceramice alb și albastru. Tot la intrare se află statuia lui Luis de Camões, poetul național al Portugaliei. De aici se bifurcă cele două străzi principale ale orașului.

Strada dreaptă face legătura între poartă și castel. Datează din secolul al XIII-lea și de-a lungul ei se înalță clădirile de un alb sclipitor, cu balcoane pline de flori și având la parter magazine de suveniruri sau mici taverne din care răsună acordurile fadoului. Strada este pietruită în alb și negru, culori-simbol ale țării.

La capătul străzii se află Placo Santa Maria, cea mai importantă piață din oraș. Aici se intră în cea mai cunoscută biserică, Igreja de Santa Maria, în care Prințul Alfonso al V-lea s-a căsătorit cu verișoara lui când el avea doar 10 ani și ea 8.

Castelul medieval a fost recuperat de la mauri în 1148 și restaurat după puternicul cutremur din 1755. După 1951 a fost din nou restaurat și o întreagă aripă a fost transformată în hotel, fără a se interveni asupra vechilor ziduri pe care întâlnești permanent o mulțime de vizitatori.

Ca simboluri ale orașului pot fi amintite Stâlpul Infamiei, construit în 1513, Muzeul Orașului, construit în secolul al XVI-lea, fost sediul al tribunalului și apoi al închisorii, devenit muzeu în 1970, Fântâna Orașului, construită de regina Catarina de Austria în 1575.

De asemenea trebuie amintite și celelalte biserici: Capela Sfântului Martin, o construcție gotică din 1331 și Biserica Sfântul Petru, cu un altar din lemn aurit din 1690-1705.

Orașul este vestit și prin cele două festivaluri: Festivalul Ciocolatei, din luna martie, în care se realizează sculpturi, adevărate opere de artă din acest material dulce, și Festivalul Medieval din luna iulie, când străzile sunt asaltate de cavaleri în armură, magicieni și vrăjitoare care cântă și dansează pe acordurile muzicii din Evul Mediu.

Simboluri ale umanității

Narcisa

Această floare delicată, de culoare albă sau galbenă, originară din sudul și vestul Europei, este strâns legată de mitul lui Narcis, eroul din mitologia greacă, tânărul care, îndrăgostit de propriul său chip oglindit în apă, a căzut în adâncuri, transformându-se în floare.

Floarea a fost considerată un simbol al primăverii și asociată cu somnul, moartea și învierea.

Dată fiind asemănarea ei cu crinul apare de multe ori în reprezentările Fecioarei Maria. În ciuda acestui fapt, ea poate sugera și înfumurare exagerată.

În China, unde a fost adusă în Evul Mediu de negustorii arabi, este considerată un simbol norocos pentru Anul Nou.

În Europa există o superstiție conform căreia nu se ține în casă o singură narcisă, pentru că aduce ghinion, reprezentând în această situație sentimente neluate în seamă.

Narcisa este floarea națională a Țării Galilor.

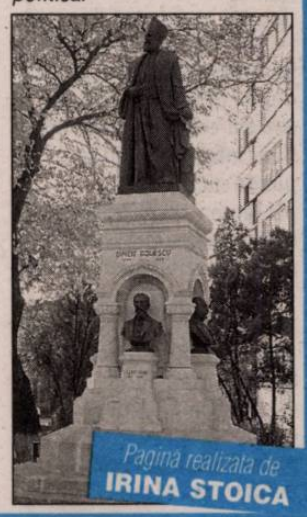
Se crede că acela care găsește prima narcisă galbenă înflorită, în cursul anului va primi mai mult aur decât argint.

Dinicu Golescu

Aflată în apropiere de Muzeul Militar Național și de Spitalul Militar Central, statuia lui Dinicu Golescu din București a fost ridicată în 1908. Este un monument realizat de sculptorul Wladimir Hegel în colaborare cu sculptorii Carol Storck și Dimitrie Mirea. Statuia de bronz ni-l înfățișează pe marele cărturar (1772-1830) în picioare, îmbrăcat în costum de epocă. Sculptura este așezată pe un soclu din marmură și piatră, la care accesul se face prin câteva trepte elegante.

Soclul are o formă pătrată și pe fețele acestuia, încadrate de coloane, se află busturile celor patru fii ai săi: Ștefan Golescu (1809-1874), Nicolae Constantin Golescu (1810-1871), Alexandru Golescu, mai cunoscut sub numele de Arăpilă (1819-1881) și mezinul, Radu Golescu (1814-1882).

Primii trei au fost prim-miniștri ai României în diferite momente, cel de-al patrulea nefiind implicat în politică.



Pagină realizată de IRINA STOICA

Jurnalist urmărit de o țestoasă

Broaștele țestoase țin foarte mult la intimitatea lor. Nu le place să fie deranjate. Chiar atunci când este vorba despre cele mai mari din lume, care viețuiesc în arhipelagul Seychelles.

Paul Rose, un jurnalist francez, însoțit de câțiva colegi fotografi, a debarcat pe insula Assomption din arhipelag pentru a explora mediul în vederea realizării unui reportaj. La un moment dat, a fost atras de un zgomot surd care venea dintr-un desiș de buruieni înalte și tufișuri aflat undeva, în apropiere. Paul a început să caute animalul, cu discreție, silențios, pentru a nu-l îndepărta, ceea ce este puțin probabil în cazul celor care se deplasează rapid. După câteva minute a observat un cuplu de țestoase uriașe în timpul acuplării. Prezența sa n-a fost agreată de cei doi amorezi.

Masculul și-a părăsit brusc partenera și s-a repezit la Paul, care, speriat, a dat bir cu fugiții. A urmat o cursă spectaculoasă, țestoasa masivă dând dovadă de agilitate, ținând cont de greutatea ei considerabilă. Cursa s-a sfârșit la un moment dat, masculul întorcându-se la aleasa lui. *(D.M.)*

Doi tineri, o singură făptură

Sunt nenumărate situațiile în care o persoană grav bolnavă care are nevoie de un organ sănătos pentru a supraviețui piere dramatic tocmai pentru că nu se găsește la timp un donator compatibil cu el. Dintr-o asemenea situație s-a născut însă un caz cu un deznodământ absolut neașteptat.

O tânără de 26 de ani, Ashley McIntyre, a aflat de la radio că un bărbat pe nume Danny Robinson căuta un donator de rinichi în Louisville, Kentucky. A rămas foarte impresionată de disperarea cu care acesta se agăța de ultima fărâmă de speranță, în condițiile în care ajunsese să facă dializă timp de 12 ore pe săptămână, astfel că s-a oferit să fie supusă testelor de compatibilitate în vederea unei eventuale donări de rinichi.

Rezultatul a fost pozitiv, dar el nu a însemnat numai salvarea vieții lui Danny, ci mai mult decât atât. „O să-mi fii noră, chiar dacă acum

nu îți dai seama.”, i-a spus lui Ashley mama tânărului, de îndată ce a văzut-o, fără ca ea însăși să înțeleagă de unde avea acea ciudată presimțire. Cert e că premoniția s-a adeverit. După operația de transplant reușită, cei doi s-au logodit, apoi au pus la cale căsătoria. „ Nu mi-aș fi imaginat nici într-un milion de ani că se va întâmpla așa. Totul a fost plănuit de Dumnezeu.” – și-a declarat ulterior convingerea curajoasa Ashley. *(A.N.P.)*

Valiză cu surprize

Vameșii polonezi au fost surprinși de dimensiunile impresionante ale unui cufăr, aparținând unui cetățean francez, care urma să pășească pe teritoriul Uniunii Europene. Spre surpriza tuturor, în valiza imensă era ascunsă o femeie, care era de fapt soția francezului al

cărui nume nu a fost dezvăluit.

Cei doi veneau din Belarus, de unde era de loc soția, și doreau să ajungă în Franța. Interogați de autorități, au acceptat repede să se întoarcă de unde veniseră.

E de mirare că au recurs la un asemenea gest. Femeia ar fi avut dreptul să meargă în Franța, conform legislației internaționale, dar, după cât se pare, cei doi soți nu erau suficient de bine informați. Nu se punea nici măcar problema costului biletului, cei doi nefiind niște oameni săraci.

Dacă femeia ar fi fost așezată pe locul ei, alături de soț, nimeni nu ar fi avut nimic de obiectat. Așa însă, cei doi riscă o pedeapsă de trei ani de închisoare. *(I.S.)*

Figaro misoginul și femeile cu cap de câine

Ce nu fac unii pentru notorietate! Un bărbier portughez din Lisabona, pe nume – nu Figaro, ci Fabio Marqes, a reușit să se facă cunoscut, însă într-un mod nu tocmai inspirat. El a încercat cu tot dinadinsul să își atragă clienții, afișând o postură specifică epocii vestitului „bărbier din Sevilla”, începând cu propria sa ținută. Din păcate pentru el a împins conceptul cam departe, prin adoptarea unei atitudini sexiste pe care a ținut morțiș să o etaleze la un loc cât mai vizibil. Mai concret, el a pus la intrarea în firma sa Figaro's Barbershop o pancartă pe care se menționa că acolo au acces bărbații, câinii, dar nu și femeile!

Ei bine, vă dați seama ce reacție au putut avea organizațiile feministe care au aflat de neinspiratul anunț! Pe 21 februarie, ele au trecut la acțiune într-un mod foarte original. Purtând măști cu capete de câini, mai multe asemenea „doamne” au pătruns în buticul bărbierului și au început... să latre la clienții acestuia. De partea cealaltă a frontului, Fabio s-a apărat spunând că inițiativa lui nu avea în realitate nimic sexist în ea, ci accentuase cu ceva umor ideea că serviciile sale au – fatalmente – un specific adresat exclusiv bărbaților. Și adevărul e că poziția sa e perfect justificată și chiar întărită de însăși legea care interzice și sancționează discriminarea în funcție de sex, precizându-se că directiva se aplică „dacă o persoană e tratată în mod defavorabil într-o situație comparabilă”. Iar unde-i lege... *(A.N.P.)*

La un pas de a fi îngropați de vii

Drumurile neasfaltate reprezintă uneori un adevărat pericol pentru vehicule, mai ales în urma ploilor. Pot rămâne împotmolite sau, Doamne ferește!, pot aluneca într-o prăpastie.

Ceea ce s-a întâmplat recent în Brazilia, între orașele Itaituba și Ruropolis este ușor de imaginat, dar... stupefiant! Roțile unui autobuz plin cu călători s-au înfundat la un moment dat în noroi, în timp ce un râu a inundat drumul. În timp ce șoferul și călătorii căutau o soluție pentru a scăpa din acest impas, autobuzul a început să se scufunde

tot mai adânc. Ce se întâmplase? Exact în locul în care s-a împotmolit, apele au săpat o groapă uriașă. Când și-au dat seama că autobuzul va fi înghițit, au ieșit cu toții pe geamuri și pe ușa din față.

Din fericire au găsit terenuri neinundate în apropiere, unde s-au refugiat. Telefoanele au început să zbârnie. Au fost salvați de un tractor, care a pătruns pe un drum lăturalnic. *(D.M.)*

Au escaladat un imobil pentru a... șopti

Mai toți elevii și studenții au încercat și încearcă să copieze la extemporale, examene, folosind fițuici, manuale ori telefonul mobil.

În Hajipur, India, s-a petrecut, recent, cel mai spectaculos și original fenomen legat de această practică. În timp ce elevii se aflau în examene care le permiteau să treacă în învățământul secundar, o mare parte din părinții și prietenii acestora au escaladat fațada clădirii cu 5 etaje, „înarmați” cu manuale, agățându-se de pervazul ferestrelor pentru a-i ajuta pe cei aflați în cumpănă. Un tupeu aberant, pe care poliția l-a sancționat rapid, arestând toate persoanele implicate. Elevii care au apucat să beneficieze de ajutor au fost eliminați.

Un fapt similar s-a petrecut în același timp și în Vidya Niketan, cu aceleași consecințe. Cei arestați au fost obligați să plătească o amendă de

2000 de rupii (30 euro) pentru a-și recâștiga libertatea. Naivitatea și tupeul acestora sunt imposibil de înțeles, mai ales având în vedere faptul că știau ce-i așteaptă.

Unii dintre ei au declarat presei că au recurs la această stratagemă în semn de protest față de învățământul mediocru care nu le permite elevilor să se afirme. (D.M.)

Iepurii, viitori toxicomani

Nenorocirea numită droguri, stupefiante se extinde imprevizibil, astfel că nici lumea animalelor se pare că nu poate fi ferită de amenințarea toxicomaniei. Într-o epocă a nebuniei, când se vorbește și se acționează concret tot mai mult în ideea legalizării consumului de droguri, un agent al brigăzii de stupefiante (DEA) din statul American Utah a atras atenția că eventuala legalizare a canabisului ar putea avea repercusiuni devastatoare asupra... iepurilor, în contextul discutării în Senatul statului despre elaborarea unui proiect de lege în acest sens!

Matt Fairbanks a vorbit în fața membrilor comitetului despre adicția urecheaților față de marijuana. „Am venit să reprezint știința actuală și am mari îngrijorări, întrucât, în cazul cultivării eventuale a canabisului, iepurii ar putea dezvolta un gust pentru planta respectivă, să-și piardă astfel teama de oameni și să devină permanent lipsiți de apărare.” De menționat că Matt nu a vorbit ca să se remarce cumva. El activează de 23 de ani în DEA și de-a lungul timpului a putut observa comportamentul acestor rozătoare din zonele montane situate în vecinătatea unor culturi ilegale de canabis. El a povestit cum în câteva situații a văzut iepuri sălbatici deprinși să se hrănească cu această plantă, care pur și simplu refuzau să se îndepărteze de oameni, chiar și atunci când se încerca alungarea lor.

O insolită pierdere a instinctelor naturale observată încă din 2011 în Danemarca, după ce poliția a arestat o bătrână de 84 de ani care își hrănea iepurii cu canabis, afirmând că animalelor „le place asta foarte mult”.

Fie și indirect, este o condamnabilă pervertire a naturii la cele mai abjecte apucături umane, care nu poate avea decât urmări dezastruoase pentru toate creaturile pământului. *(A.N.P.)*

Plagiere... humanum est, chiar şi la case mari!

Nicio altă ţară din lume nu şi-a pus mai pregnant amprenta asupra lumii cinematografului decât America. Poveştile neverosimile, visurile aparent nebuneşti transformate în realitate, toate au prins viaţă la Hollywood, graţie peliculei de celuloid. Am putea fi tentaţi să credem că filmele de referinţă create aici, de-a lungul vremii, au fost mai întâi doar scântei de geniu în mintea marilor regizori hollywoodieni. Dar adevărul e cu totul altul, chiar dacă nu prea plăcut: multe dintre strălucitele creaţii ale cetăţii filmului au fost plagiate, într-o mai mică sau mai mare măsură, după producţii străine modeste, ca o dovadă că într-adevăr, geniul e 99% transpiraţie şi doar 1% inspiraţie, dar inspiraţie din... munca altora!

Alien (1979) şi *Planeta vampirilor* (1965)

Pelicula lui Ridley Scott, *Alien,* a fost un triumf cinematografic şi unul dintre cele mai bune filme horror/SF realizate vreodată. Influenţă majoră asupra lui Scott a avut-o artistul suprarealist H.R. Giger, care şi-a imaginat creatura monstruoasă cuibărită la bordul navei spaţiale pământene. Dar, dacă Giger a asigurat înfăţişarea „alienului", subiectul poate fi regăsit într-un horror italian de duzină, realizat de Mario Bava în 1965 şi intitulat *Planeta vampirilor.* Acţiunea se derulează în jurul echipajului unei nave cosmice care se prăbuşeşte pe o planetă misterioasă. Aici, pământenii descoperă, îngroziţi, că sunt vânaţi de o rasă de extratereştri numiţi „aurani". Aceştia îi vor ucide rând pe rând pe pământeni, folosindu-i ca „mame-purtătoare" pentru propriile lor odrasle. Dar, cea mai „copiată" secvenţă din *Planeta vampirilor* e cea în care protagoniştii cercetează epava unei nave spaţiale şi descoperă osemintele unor extratereştri gigantici.

Reservoir Dogs (1992) şi *Oraşul în flăcări* (1987)

Când vorbim despre Jackie Brown, *Kill Bill* sau *Django Unchained* suntem uimiţi de imaginaţia de-a dreptul diabolică a omului care le-a creat: Quentin Tarantino. Totuşi, pentru a fi drepţi până la capăt, chiar şi un regizor atât de apreciat şi de copiat ca Tarantino s-a mai „inspirat", în trecut, din ideile altora. Astfel, filmul lui de debut, *Reservoir Dogs,* a fost puternic influenţat de genul „noir", mai ales de *The Killing,* al lui Stanley Kubrick şi de *The Big Combo,* al lui Joseph H. Lewis — în special scena în care un poliţist e legat de scaun şi torturat. Dar cea mai mare asemănare o are cu un film produs în 1987 la Hong Kong — *Oraşul în flăcări,* regizat de un anume Ringo Lam. Similitudinile dintre cele două pelicule sunt atât de izbitoare, încât au inspirat chiar şi un scurtmetraj intitulat „Pe cine crezi că păcăleşti?" (îl puteţi găsi pe internet sub titlul *Who Do You Think You're Fooling?).*

Regele Leu (1994) şi *Kimba — Leul alb* (1965)

Una dintre „perlele coroanei" studiourilor Walt Disney, *Regele Leu* — este un musical animat inspirat, între altele, de povestea biblică a lui Moise, dar şi de Hamlet. Totuşi, cinefilii împătimiţi au remarcat şi alte influenţe,

mai apropiate de zilele noastre: un serial de desene animate pentru televiziune, realizat de Osamu Tezuka şi care a rulat sub titlul *Kimba — Leul alb,* între 1965 şi 1966, la televiziunea niponă.

Asemănările sunt mai mult decât clare: în ambele filme, imaginea taţilor ucişi le apare puilor de lei printre nori şi îi convinge să-şi învingă teama. Deşi chiar şi actorul Matthew Broderick, care şi-a împrumutat vocea lui Simba, a crezut că Disney face un remake după filmul cu care el copilărise, studiourile americane susţin, până şi astăzi, că asemănările dintre cele două filme sunt „pur întâmplătoare".

Matrix (1999) şi *Duhul din sticlă* (1995)

Un veritabil fenomen, filmul scris şi regizat de fraţii Wachowski este unul dintre cele mai influente din istoria cinematografiei. Autorii lui au declarat, în repetate rân-

duri, că au lucrat ani de zile la scenariu, inspirându-se din filosofia orientală, din artele marţiale şi din benzile desenate „Invizibilii", create de Grant Morrison. Au uitat însă să amintească şi o altă sursă de inspiraţie, atât de evidentă, încât până şi un novice în lumea celei de-a şaptea arte şi-ar da seama că e plagiat în toată regula.

Este vorba despre filmul *Duhul din sticlă* al regizorului nipon Mamoru Oshii. Pe lângă estetica cyberpunk, exploatată de ambele creaţii, întâlnim concepte similare, dezbătute foarte asemănător, precum natura realităţii şi conştiinţa umană. Dar, cel mai flagrant element de „fraudă artistică" este scrisul verde care curge în rafale, reprezentând codarea din Matrix.

Inception (2010) şi *Paprika* (2006)

Că producătorii şi regizorii americani au făcut un veritabil fetiş din creaţiile japoneze o demonstrează şi următorul nostru exemplu. Despre Satoshi Kon nu aţi auzit, cu siguranţă, mare lucru, aşa că suntem datori să vă

spunem că a fost un mare artist de benzi desenate nipon, care a decedat în 2010. Lucrările sale au fost deosebit de apreciate pentru felul în care combinau realitatea, fantezia, nebunia şi visul. Ele au fost bine primite şi în Occident. Atât de bine primite, încât mogulii de la Hollywood s-au inspirat din ele, nu de puţine ori. Unul dintre cele mai flagrante cazuri este cel al filmului *Inception,* realizat de Christopher Nolan — un thriller SF despre agenţi secreţi care îşi spionează subiecţii invadându-le visele.

Filmul pare o pastişă a peliculei *Paprika,* realizată de Kon în 2006, cu singura diferenţă că tehnologia care a stat la dispoziţia lui Nolan este net superioară celei nipone. Pentru ca asemănarea să nu fie chiar strigătoare la cer, scenaristul din *Inception* a schimbat registrul: invadatorii din vis nu mai sunt psihoterapeuţi, ca în *Paprika,* ci agenţi malefici. În rest, secvenţele par decupate din unul şi acelaşi film — inclusiv scena spargerii unui imens perete de sticlă.

PORTRET

Mariana Căpitănescu

Mariana Ionescu Căpitănescu este în prezent una dintre cele mai talentate şi, nu în ultimul rând, mai elegante interprete de muzică populară. Provenind din zona Olteniei, artista a cules, de-a lungul carierei, cântece vechi, pe care le-a interpretat într-o manieră personală, conferindu-le sensibilitate şi imensă trăire sufletească. Din fragedă copilărie a fost atrasă de muzica populară, cochetând cu acest domeniu încă de la vârsta de 6 ani. Dar abia în adolescenţă a putut să îşi manifeste această frumoasă pasiune, când a fost primită în ansamblul „Vâlceanca" de la Râmnicu Vâlcea.

Confirmarea oficială a talentului ei a venit nu mult mai târziu, la 22 de ani primind premii importante la numeroase festivaluri de gen: Premiul I la Festivalul Naţional „Maria Tănase" din Craiova, Marele Premiu la concursul „Topul tinerilor interpreţi" etc.

În prezent, solista este angajată a Ansamblului Profesionist „Maria Tănase" din Craiova, alături de mari nume ale cântecului popular oltenesc: Constantin Enceanu, Niculina Stoican, Petrică Mâţu Stoian, Filuţa Bogdan, Marius Măgureanu, Manuela Moţocu, Marcu Nicolici, Lavinia Bârsoghe, Liliana Popa şi mulţi alţii.

Despre oamenii valoroşi pe care i-a cunoscut, care i-au înfrumuseţat viaţa şi au motivat-o să-şi urmeze drumul în profesie, vorbeşte cu mare drag şi cu deosebită admiraţie. Aminteşte de fiecare dată de Ion Dolănescu, Maria Ciobanu şi Maria Cornescu. Solista recunoaşte că nu s-ar fi apucat de cântat dacă nu ar fi auzit-o şi îndrăgit-o pe „Ciocârlia" muzicii populare româneşti, Maria Ciobanu, care i-a fost şi îi este un veritabil model.

Mariana Ionescu Căpitănescu se consideră o femeie pe deplin împlinită şi asta pentru că, după o perioadă foarte zbuciumată din viaţa ei, alături de un bărbat care nu o merita, şi-a găsit liniştea şi bucuria unei căsnicii fericite alături de Dan Căpitănescu şi cei doi copii ai lor, un băieţel şi o fetiţă.

Pagină realizată de
GABRIEL TUDOR

Colţul cu litere

Nimic nu se compară cu soarele

Ochii sunt ferestre ale inimii: o metaforă irosită în atâtea cărţi şi la atâtea colţuri de masă, dar nu asta vrea să spună Anthony Burgess în romanul său despre viaţa amoroasă a lui Shakespeare. Romanul *Ochii doamnei mele* (în traducerea lui George Volceanov), apărut recent în Raftul Denisei la Humanitas Fiction, nu se ridică la nivelul romanului său de succes *Portocala mecanică,* dar acum este vorba despre altceva: impregnat de spiritul elisabetan, *Ochii doamnei mele* aruncă o lumină neaşteptată peste firele nevăzute dintre viaţa şi operele celebrului dramaturg englez William Shakespeare. De la ipostaza adolescentului obsedat de cuvintele rare sau inventate, la cea a poetului şi dramaturgului în plină forţă creatoare, romanul urmeaza itinerariul iubirilor lui Shakespeare, povestea lui de seducător şi sedus reflectată în Sonete şi în piesele de teatru.

„O tentativă formidabil de ingenioasă, năucitoare la nivel verbal, de a pătrunde în tainiţele vieţii lăuntrice a lui Shakespeare. Burgess inventează, în chip strălucit, o istorie intimă a dorinţelor sexuale şi a trădărilor sale", scrie Stephen Greenblatt. Apărut în anul 1964, romanul *Ochii doamnei mele* (mult mai inspirat şi mai interesant e titlul original, *Nothing Like the Sun: A Story of Shakespeare's Love Life)* vine după ce autorul a fost diagnosticat în 1959 cu cancer la creier şi când nu i se mai dădea de trăit mai mult de un an. Burgess a vrut să lase ceva în urmă în acel moment şi s-a apucat de scris asiduu.

Într-un an a scris patru romane, ele au avut succes şi totul s-ar fi terminat aici dacă nu s-ar fi constatat că diagnosticul fusese eronat. Din acel moment, cariera lui Anthony Burgess a prins aripi.

Personalitate complexă, romancier, dramaturg, eseist, compozitor, libretist, traducător şi critic, viaţa şi arta sa ţin amândouă de paradox. Născut la Harpurhey, o suburbie a Manchesterului, a studiat engleza la Manchester University şi a intrat în armată în 1940. După demobilizare, a predat mai mulţi ani, mai întâi în Anglia şi apoi în Malaysia şi Brunei. În anul care a urmat diagnosticului greşit, a scris romanele *The Doctor is Sick* (1960), *The Right to an Answer* (1960), *One Hand Clapping* (1961) şi *Devil of a State* (1961). Devenind scriitor consacrat, au urmat alte romane, dintre care amintim trilogia *The Long Day Wanes* (1956-1959); *The Wanting Seed* (1962); *Inside Mr. Enderby* (1963, semnat cu pseudonimul Joseph Kell); *Ochii doamnei mele; Enderby Outside* (1968); *Napoleon Symphony* (1974); *The Clockwork Testament, or Enderby's End* (1974); *Man of Nazareth* (1979); *Earthly Powers* (1980); *Enderby's Dark Lady, or No End of Enderby* (1984); *The Piano Players* (1986); *A Dead Man in Deptford* (1993). Fără să fie şi romanul pe care să-l considere capodopera sa, *Portocala mecanică (A Clockwork Orange,* 1962, 2012; *Humanitas Fiction,* 2014) a devenit o carte-cult despre violenţa dusă la paroxism, consecinţele reprimării tuturor instinctelor agresive şi anularea posibilităţii de a alege. Pe lângă cele peste 30 de romane, Burgess a scris scenarii de film, studii critice, biografii, simfonii şi un libret de operă.

GEORGE CUŞNARENCU

Căpuşele se „reinventează”

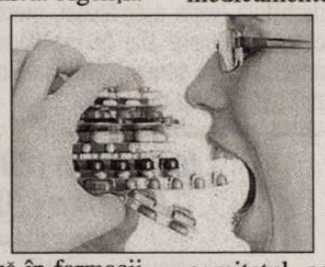
Nu e prea devreme să ne pregătim pentru eventualele întâlniri nedorite cu micile şi agresivele vietăţi care sunt căpuşele. Din păcate, la fel cum virusii ori microbii „ştiu” să îşi modifice strategiile de atac asupra organismului uman pe măsură ce se încearcă distrugerea lor prin diverse tratamente, şi căpuşele au găsit o nouă armă împotriva victimei. Autorităţile din sănătate americane au descoperit un nou virus transmis de căpuşe (virusul Bourbon), care provoacă moartea celui infectat. Cercetarea acestei noi ameninţări se află abia la început, un motiv serios în plus pentru a se cunoaşte cel puţin primele manifestări legate de contactul omului cu organismul respectiv.

În zilele imediat următoare transmiterii virusului Bourbon, victima se plânge de febră, dureri de cap, dificultăţi acute în respiraţie, precum şi grave probleme cu funcţionarea rinichilor. Într-un asemenea caz bine monitorizat (fără a se cunoaşte însă cauza exactă), bolnavul a murit după 11 zile de la apariţia primelor simptome. Ulterior, în măsura în care virusul ucigaş a putut fi recenzat în Europa, Asia şi Africa, s-a stabilit că el poate fi transmis atât de căpuşe, cât şi de ţânţari. Ca sfaturi de evitare a unei asemnea întâlniri nedorite, se recomandă ca, în cazul unor drumeţii în natură să se îmbrace veşminte lungi, iar la întoarcere să se verifice dacă nu cumva vreo căpuşă deja s-a instalat pe piele. În caz afirmativ, ea va fi extrasă rapid cu un instrument special (care ar trebui să se găsească în farmacii), fără să fie „adormită” în prealabil, apoi locul să se dezinfecteze. Foarte important: cu cât căpuşa e extrasă mai repede, cu atât mai puţin timp are ea să transmită victimei un parazit sau un virus!

Medicamente cu „vechime” şi riscuri noi

Un alt tip de produse farmaceutice de largă utilizare este descoperit ca având un grad ridicat de risc, deşi se află la vânzare de mult timp. Mai mult, „descoperirea” (dar, oare, cum de au ajuns asemenea produse chimice pe piaţă?) e cu atât mai alarmantă cu cât cei vizaţi sunt copiii.

Vorbim despre medicamentele împotriva tusei sau a răcelii care conţin codeină şi care sunt contraindicate copiilor sub 12 ani, de asemenea nefiind recomandate adolescenţilor cu probleme respiratorii, a anunţat recent printr-un comunicat Agenţia Europeană a Medicamentului (EMA), potrivit agenţiilor de presă occidentale. Codeina este o substanţă prezentă în numeroase medicamente împotriva durerilor, dar şi a tusei şi răcelii, dintre care unele se eliberează în farmacii chiar fără a fi nevoie de reţetă. Ea este transformată în morfină de ficat, însă organismul anumitor persoane efectuează această conversie prea repede, lucru care poate avea efecte grave, cum ar fi probleme respiratorii.



EMA a făcut încă din 2013 recomandări în privinţa codeinei din medicamentele împotriva durerii, dar, la cererea Agenţiei Germane a Medicamentului, a analizat în 2014 produsele respective ce conţin codeină, destinate copiilor, pentru combaterea tusei şi a răcelii. În noua sa recomandare, comitetul pentru evaluarea riscurilor în domeniul farmaceutic din cadrul EMA sugerează ca medicamentele cu codeină să fie contraindicate tuturor copiilor sub 12 ani, deşi – paradoxal sau nu – în 2013 fusese de acord cu utilizarea medicamentelor împotriva durerii pe bază de codeină la copiii la care paracetamolul şi ibuprofenul erau ineficiente.

Comitetul argumentează contraindicaţia acestor antitusive prin faptul că „felul în care codeina este transformată în morfină la copiii sub 12 ani este variabil şi imprevizibil”. Folosirea codeinei împotriva tusei şi a răcelii nu se recomandă nici minorilor între 12 şi 18 ani cu probleme respiratorii, femeilor însărcinate şi nici persoanelor considerate ca având un „metabolism ultrarapid” (care transformă codeina în morfină mai repede decât media populaţiei), indiferent de vârsta lor.

La „vânătoare” de magneziu

Magneziul este un oligoelement care acţionează ca factor de creştere, tonic general, este regenerator, echilibrant psihic, antidepresiv şi tranchilizant, esenţial pentru celula vie, intervine alături de calciu şi fosfor în controlul excitabilităţii musculare, înlesneşte metabolismul vitaminei C şi al calciului.

De asemenea, el are şi rolul de a fi unul dintre constituenţii principali ai scheletului şi dinţilor şi este cofactor pentru mai mult de 300 de enzime. Necesarul zilnic de magneziu este de aproximativ 300 mg (la adult), dar mai mare la femei în timpul sarcinii (400mg/zi). Corpul uman are în medie 25g de Mg.

Alimentele cu conţinut mare în clorofilă sunt bogate în magneziu — salata, ceapa verde, urzicile, germenii de grâu (400mg/100g), fasolea uscată (370mg/100g), alunele (150mg/100g), soia (310mg/100g). Unul dintre cele mai bogate alimente în magneziu este cacaua — aproximativ 420 mg/100g.

Fructele care conţin magneziu: prunele — 40mg/100g, bananele — 35 mg/100g şi unele legume: pătrunjelul — 26 mg, spanacul — 50 mg.

Deficitul de magneziu se manifestă prin crampe musculare, hiperemotivitate şi senzaţie de lipsă de aer. Poate apărea şi un deficit de sinteză al proteinelor necesare matricii organice.

Simptomatologia deficitului de Mg este nespecifică şi se poate manifesta şi prin furnicături (parestezii) şi amorţeli ale mâinilor şi picioarelor, fragilitate a unghiilor, diferite reacţii alergice, carii dentare, insomnii rebele etc.

Potrivit unor studii recente, peste 30% din femeile a căror dietă a fost urmărită au un aport mai mic de Mg, deoarece alimentele bogate caloric au şi un aport mare de Mg.

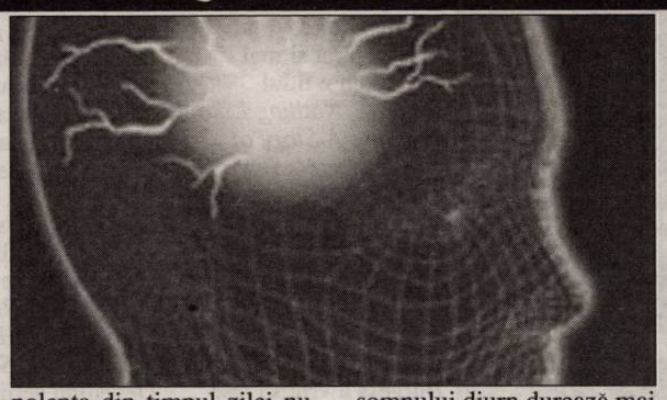
Refacerea unui astfel de deficit necesită o perioadă mai mare, deoarece numărul alimentelor bogate în Mg este relativ restrâns, dacă se face strict prin controlul dietei şi prin reglarea acestui aport doar prin intervenţie medicală nutriţională.

Parkinson şi somnul

Pe lângă alte neajunsuri majore generate de maladia Parkinson, tulburările de somn şi somnolenţa diurnă sporesc considerabil gradul de disconfort al bolnavului. Desigur, prima măsură de remediere sau atenuare a problemelor este indicată de medicul curant, dar de multe ori pot fi de mare ajutor şi câteva modificări în viaţa cotidiană. Astfel:

◆ Asiguraţi-vă că spaţiul de odihnă nocturnă corespunde nevoilor specifice maladiei Parkinson şi bolnavului, în sensul limitării mişcărilor acestuia. Mai precis, patul să fie confortabil, iar pacientul să aibă la îndemână cele eventual necesare în caz de trezire, pentru a nu mai fi nevoit să se scoale.

◆ Evitarea siestelor prelungite. Deseori, somnolenţa din timpul zilei nu poate fi evitată şi de altfel o scurtă siestă e mai degrabă binevenită, dar dacă fazele somnului diurn durează mai mult de o oră, atunci somnul de noapte va avea de suferit.



◆ Mai sunt şi mici lucruri „evidente”, dar care pot scăpa foarte uşor atenţiei dacă nu sunt reamintite periodic: orice excitant trebuie evitat după ora 16:00 (cafea, ceai, ţigări); mesele prea grele pot influenţa şi ele nefast odihna nocturnă; în caz de tulburări ale somnului, stabilirea (şi respectarea!) unor ore fixe de culcare şi, respectiv, de trezire înseamnă cel mai frecvent un mare ajutor pentru bolnavii de Parkinson.

PE SCURT

despre sănătatea dumneavoastră

Despre posibilele origini ale uneia dintre cele mai periculoase maladii aproape exclusiv specifice femeilor (sunt foarte puţine cazurile similare cu victime bărbaţi) — cancerul mamar — se ştie că factorul ereditar are un potenţial de risc destul de ridicat. Mai puţin cunoscut este amănuntul că nu e vorba doar despre rude pe linie feminină ale actualei bolnave (mamă, bunică, soră), care să fi suferit eventual de aceeaşi afecţiune, ci în discuţie intră şi tatăl acesteia.

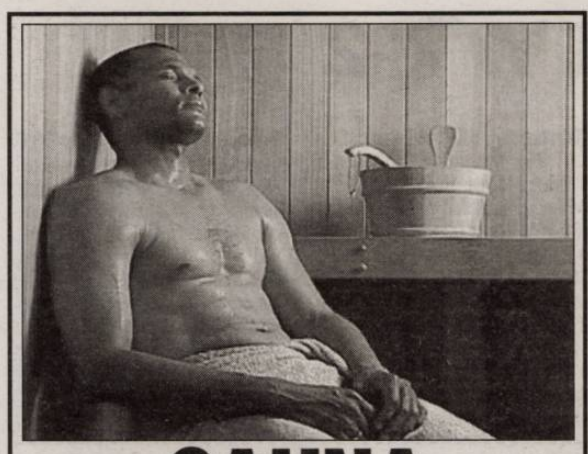
Antecedente familiale în cancerul de sân

În ceea ce-i priveşte pe bărbaţi, cancerul de prostată constituie o formă a acestei boli maligne mai susceptibilă să se manifeste la persoanele cu antecedente familiale pe linie masculină în aceeaşi patologie, în mod similar cancerului mamar la femei. Astfel, un bărbat care a avut tată ori un frate bolnav de cancer de prostată este expus unui risc dublu de a face şi el aceeaşi formă de boală, în comparaţie cu cei fără asemenea antecedente. Un studiu medical realizat recent în SUA vine însă cu un element în plus, foarte important. Dacă tatăl (dar şi fratele sau fiul) unei femei a avut/are cancer de prostată, riscul unui cancer de sân pentru aceasta este cu 15% mai ridicat decât cel obişnuit. De menţionat că accentul studiului s-a plasat pe categoria de vârstă peste 50 de ani a potenţialelor bolnave. Iar situaţia devine şi mai gravă, dacă vorbim despre asemenea antecedente familiale cumulate: la femeile care au în familie, de pildă, tatăl bolnav de cancer la prostată şi mama cu cancer mamar, riscul de a suferi la rândul lor de aceeaşi maladie a sânului urcă până la 78%.

Extrem de importantă este susamintita vârstă luată drept reper în studiu: 50 de ani. Ei bine, specialiştii accentuează ideea că este chiar obligatoriu să se generalizeze mamografiile până la această vârstă, înainte de a fi prea târziu. Aceasta, deoarece statisticile arată că cel puţin jumătate din victimele cancerului de sân sunt femei sub 50 de ani sau, altfel spus, dintre cele care încă nu au recurs la un test de depistare a bolii. În acelaşi timp, femeile ţinute sub observaţie în cadrul studiilor pe acest subiect, care au suferit (şi decedat) de alte forme de cancer, au fost diagnosticate în medie către vârsta de 72 de ani. Această semnificativă diferenţă de vârstă ar trebui folosită — atrag atenţia specialiştii — pentru a conştientiza populaţia în legătură cu importanţa vitală a reperării tumorii cât mai devreme posibil. Un motiv serios este că natura biologică a cancerului de sân la femeile tinere este mai agresivă şi boala tinde să devină tot mai virulentă.

Pagini realizate de

ADRIAN-NICOLAE POPESCU



SAUNA
poate provoca infertilitatea

Mult mai răspândită în ţările nordice decât la noi, sauna reprezintă deopotrivă o metodă de curăţare a corpului, de eliminare a toxinelor rapid şi natural şi un redutabil tratament pentru întregul corp. Are însă şi ea unele efecte nedorite şi mai puţin cunoscute. De pildă, bărbaţii care obişnuiesc să meargă la saună sunt avertizaţi că acest obicei le poate dăuna, potrivit unui studiu la care au participat mai mulţi bărbaţi finlandezi.

Subiecţii studiului au petrecut la saună câte 15 minute de două ori pe săptămână, pe o perioadă de 3 luni în care le-a fost monitorizată calitatea spermei. Specialiştii au constatat că, la finalul studiului, calitatea spermei participanţilor era mai scăzută decât la început şi că aceasta a revenit la normal abia după 6 luni de la încetarea experimentului. La această constatare se adaugă faptul că bărbaţii care folosesc sauna se confruntă şi cu modificări ale ADN-ului spermei.

Dar, în aceeaşi logică a cauzelor, calitatea spermei poate fi afectată şi de căldura degajată de laptop, ajungând până la instalarea infertilităţii. Potrivit datelor recente, cazurile de infertilitate la bărbaţi au crescut cu până la 38% în ultimii zece ani, principalele cauze fiind legate de stilul de viaţă şi de alimentaţie.

O cercetare efectuată în Spania a evidenţiat faptul că până şi bărbaţii tineri se confruntă cu probleme de calitate a spermei, care scade cu aproximativ două procente în fiecare an, situaţia fiind alarmantă, iar specialiştii atrag atenţia asupra faptului că s-ar putea ajunge în timp la infertilitate. În acelaşi context, s-a constatat că aproximativ 20% din cupluri încearcă mai bine de un an să devină părinţi, iar efortul este uneori atât de mare încât duce la despărţirea unor cupluri.

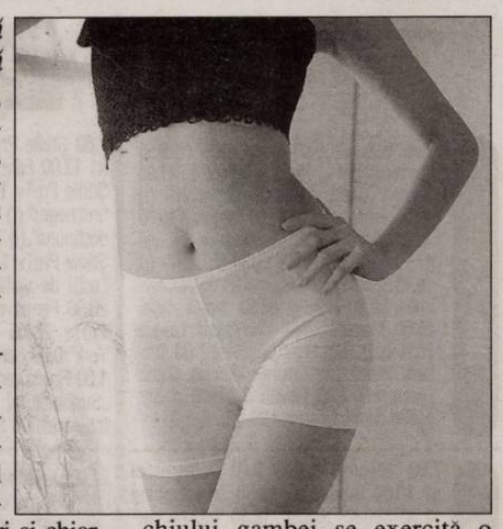
Îmbrăcaţi-vă pentru sănătate!

Nu facem recurs la sfaturile părinţilor grijulii ca nu cumva să răcim. Pornim de la un paradox ce face ca mulţi semeni (în număr covârşitor femei tinere) să îşi iubească foarte mult corpul, dar să deteste aspectul acestuia. Şi-atunci apelează la artificii şi accesorii, vestimentaţia situându-se în topul preferinţelor. Totuşi, nu de puţine ori, opţiunile sunt potrivnice ideii de sănătate. Exemple avem destule!...

◆ ***Tocurile înalte*** constituie o veritabilă tortură dacă sunt purtate mai multe ore. Dacă sunt purtate permanent, pot deveni un real pericol pentru sănătate. De la încălţăminte cu tocuri prea înalte pot apărea monturi, sunt favorizate varicele şi probleme legate de circulaţia sângelui. De asemenea, tocurile sunt periculoase pentru articulaţii, în special genunchi, dar şi pentru coloana vertebrală, din cauza poziţiei modificate a corpului.

◆ ***Pantalonii mulaţi.*** Din cauză că sunt foarte strânşi pe corp, pantalonii cu talie joasă ţin timp îndelungat sub tensiune constantă anumite părţi ale corpului. La nivelul şoldului apar nevralgii, dureri musculare, contracturi musculare, amorţiri, senzaţie de presiune în picioare. De asemenea, sunt afectaţi nervii locali, atât la nivelul picioarelor, cât şi al coloanei lombare.

◆ ***Lenjeria intimă foarte strânsă pe corp*** (slip, boxeri, maiouri). Acestea favorizează infecţii urinare, micoze vaginale, cistite, deoarece întreţin un mediu propice dezvoltării bacteriilor, a ciupercilor şi a altor germeni patogeni.



◆ ***Hainele sintetice strâmte*** menţin transpiraţia la nivelul pielii prin blocarea procesului natural de evaporare. Este vorba despre rochii, tricouri şi chiar ciorapi bărbăteşti. Menţinerea unui mediu umed la suprafaţa pielii duce la apariţia unor mici leziuni prin care pătrund microbii. Hainele strâmte sintetice produc iritaţii ale pielii şi infecţii.

◆ ***Sandalele cu talpă plată*** sunt şi ele extrem de periculoase. Din cauza absenţei tocului, asupra tendonului lui Ahile şi muşchiului gambei se exercită o sarcină foarte mare. Primul semn că sandalele trebuie schimbate este durerea apărută în picior după circa două săptămâni de purtare regulată. Se recomandă sandalele cu platformă, cu toc mediu şi cu barete.

OŢETUL
ne „îndulceşte" sănătatea

Considerat unul dintre cele mai vechi condimente, oţetul nu lipseşte din „arsenalul" niciunei gospodine. Dar, în afară de a conserva legumele şi de a da gust bun salatelor, el are şi puteri vindecătoare în boli reumatice sau de piele. Oţetul „clasic", care are la bază strugurii, se obţine din vin slab alcoolizat, căruia i se adaugă culturi bacteriologice. Procesul are loc lent, în butoaie de lemn, iar produsul final conţine numeroşi compuşi aromatici. Este cel mai folosit în bucătăria tradiţională, dar romăncele îl utilizează de sute de ani, atât pentru a da strălucire părului, cât şi pentru a opri căderea lui. Cum se procedează, pentru a nu apărea probleme ulterioare ori pentru evitarea ineficacităţii procedurii? După spălare, se clăteşte podoaba capilară cu apă în care s-a diluat şi puţin oţet, apoi se limpezeşte bine cu apă călduţă, pentru a se îndepărta mirosul.

Pe de altă parte, oţetul e bun şi în tratarea şi dezinfectarea rănilor. Pentru arsurile de gradul I şi II (dar în niciun caz III şi IV), se foloseşte oţet dizolvat în apă, pentru a ameliora durerea şi pentru a dezinfecta rana. Arsura cauzată de soare se acoperă cu un şervеţel înmuiat în oţet diluat. Contra guturaiului, se freacă puţin lateralele nasului cu degetele înmuiate în oţet.

Amigdalita poate fi ameliorată cu oţet de mere: la fiecare oră, se clăteşte gura cu o linguriţă de produs diluat într-un pahar cu apă. Pentru problemele unghiilor, se pun comprese de şase ori pe zi şi se bea un pahar de apă fiartă cu două linguriţe de oţet şi două linguriţe de miere, de trei ori pe zi, timp de o săptămână. Soluţia din mere poate fi aplicată şi pe muşcăturile de ţânţari sau local, pentru calmarea hemoroizilor.

Pentru viermii intestinali, medicina tradiţională recomandă oţet de mere fiert cu sare şi urzică proaspătă, mărunţită, preparat care apoi se consumă călduţ. O altă problemă de sănătate ce poate fi tratată cu oţet de mere o reprezintă micozele de la picioare. În colecistită şi alte afecţiuni ale bilei, se iau două linguriţe de oţet de mere cu 10 minute înainte de fiecare masă.

Remedii naturale

Prieteni adevăraţi ai ficatului

De multe ori am scris şi am revenit la subiecte referitoare la funcţia hepatică, atât din cauza răspândirii foarte mari a afecţiunilor ce lovesc uneori fatal ficatul, cât şi datorită rolului vital pe care acest organ îl are în cadrul uriaşului mecanism al organismului nostru. Veritabilă uzină cu foc continuu, ficatul îndeplineşte peste 500 de funcţii: curăţă sângele de toxine şi contribuie la coagularea lui, metabolizează glucidele, lipidele şi proteinele, stochează vitaminele şi mineralele. Obiceiuri nocive de zi cu zi, cum ar fi fumatul sau consumul de alcool, alimentaţia dezechilibrată şi sedentarismul, contribuie din plin la deteriorarea funcţiilor ficatului. Pentru a-l detoxifia şi a-i reda energia, trebuie să ştim că acesta se bucură de ajutorul multor leacuri luate din natură, precum şi de efectul unor proceduri blânde, neinvazive, dar cu un mare potenţial terapeutic. Aşadar, ce putem face?

● ***Să bem mai multă apă.*** Poate că sună banal, dar trebuie să ştim că apa consumată în cantităţi optime (minimum 8-10 pahare pe zi) contribuie din plin la curăţarea ficatului de grăsimi şi toxine. Mai mult decât atât, dacă în fiecare zi stoarcem zeama de la o lămâie în paharul cu apă, efectul benefic va fi incomparabil

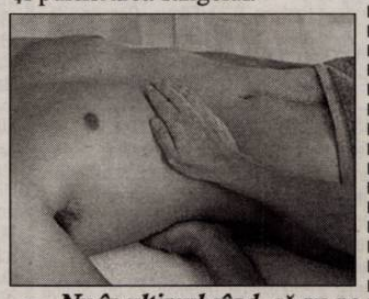
mai puternic, deoarece sucul de lămâie are rol detoxifiant şi contribuie la producerea bilei; la rândul ei, bila rupe lanţul trigliceridelor la nivelul intestinului subţire în timpul digestiei.

● ***Să consumăm multe legume*** din familia Cruciferelor. Aceste legume sunt esenţiale pentru detoxifierea şi refacerea ficatului. Broccoli, varza românească, varza de Bruxelles şi conopida conţin substanţe active cu

rol anticancerigen, care protejează ficatul. De asemenea, este bine să consumăm ceapă, usturoi, morcovi, rucola, sfeclă roşie şi alte tipuri de legume.

● ***Să-i oferim organismului suficiente minerale*** care îl ajută în buna funcţionare. Printre cele mai importante minerale pentru sănătatea ficatului se numără calciul, potasiul, cuprul, sodiul, seleniul, fierul şi zincul. Acestea pot fi asimilate din alimente, dar şi din suplimentele alimentare.

● ***Să efectuăm un masaj de relaxare*** şi confort pentru ficat. De pildă, când stăm seara pe pat şi privim la televizor o emisiune deconectantă (e important să eliminăm stimulii negativi, de orice natură ar fi ei), e bine să ne rezervăm 5 minute pentru un masaj al zonei ficatului. Este vorba despre spaţiul drept superior al cavităţii abdominale. Aşadar, vom masa uşor această zonă, pentru a stimula circulaţia şi purificarea sângelui.



● ***Nu în ultimul rând, să nu ne torturăm ficatul*** dându-i în mod constant sarcini dificile şi periculoase. Suprasolicitarea ficatului poate duce la declanşarea unor afecţiuni serioase, cum ar fi insuficienţa hepatică. Vom reduce prin urmare consumul de alcool şi vom întreba medicul cum ne putem proteja ficatul în cazul în care urmăm un tratament cu antibiotice, anticonvulsive sau cu alte medicamente care se ştie că împovărează considerabil acest organ atât de preţios.

LUNI – 6 aprilie

TVR 1

7.00 Telejurnal 9.00 Starea naţiei (r) 9.55 Foc încrucişat (r) 10.50 Teleshopping 11.30 Serial: „Capri" 12.30 Impact global (r) 13.00 Germana... la 1 14.00 Telejurnal 15.00 Teleshopping 15.31 Maghiara de pe unu 17.10 Hai-Hui 18.40 Serial: „Capri" (r) 19.45 Sport 19.59 Telejurnal 21.00 Vorbeşte liber! 22.00 Biziday 22.50 Starea naţiei 23.50 Magazin UEFA Champions League 2014-2015 0.25 Film: „Altcineva" (M. Britanie, 2006). Cu: Stephen Mangan, Susan Lynch 1.50-2.30 Reluări 3.20 Un doctor pentru dumneavoastră 4.20-5.35 Reluări.

PRO TV

7.00 Ştirile ProTv 10.30 La Măruţă (r) 12.00 Ferma vedetelor (r) 13.00 Ştirile ProTv 14.00 Serial: „Trandafirul negru" (r) 15.00 Serial: „Puterea destinului" (r) 16.00 La Măruţă 17.00 Ştirile ProTv 17.30 La Măruţă 18.00 Lecţii de viaţă 19.00 Ştirile ProTv 20.30 Ferma vedetelor 22.30 Ştirile ProTv 23.05 Serial: „CSI: New York" 0.00 Serial: „Las Fierbinţi" (r) 1.00 Ferma vedetelor (r) 2.30 Serial: „Supernatural: Aventuri în lumea întunericului" 3.30-5.30 Reluări.

Film Now

6.00 Observator 8.00 'Neaza cu Răzvan şi Dani 10.50 În gura presei 11.40 Teleshopping 12.00 Mireasă pentru fiul meu 13.00 Observator 14.00 Mireasă pentru fiul meu 16.00 Observator 17.00 Acces direct 19.00 Observator 20.00 Observator special 20.30 Hell's Kitchen — Iadul bucătarilor 23.00 Film: „Departe de Africa" (SUA, 1985). Cu: Meryl Streep, Robert Redford 2.00 Film: „Sergentul Bilko" (SUA, 1996). Cu: Steve Martin, Dan Aykroyd 3.45 Acces direct (r).

PRIMA TV

7.00 Teleshopping 7.30 Sport, dietă şi o vedetă (r) 8.00 Mondenii (r) 8.30 Constantin 60 (r) 9.30 Teleshopping 10.00 Click! Poftă bună! (r) 10.30 Playtech (r) 11.00 Teleshopping 11.30 Film: „Liceenii" (r) 13.30 Teleshopping 14.00 Casa: construcţie şi design (r) 15.00 Răzi şi câştigi 15.30 Cireaşa de pe tort (r) 16.30 Focus 17.00 Mama mea găteşte mai bine 17.30 Răzi şi câştigi 18.00 Focus 19.30 Adevăruri ascunse 20.30 Revendicarea 21.30 Dosarele DNA 22.30 Trăsniţii 23.00 Focus din inima României 23.30 Click! 0.05-6.00 Reluări.

acasă

6.00-8.00 Reluări 9.00 Teleshopping 9.15-11.30 Reluări 14.00 Serial: „Înger sălbatic" 16.00 Serial: „Tânăr şi neliniştit" 17.00 Serial: „Las Bravo" 18.00 Serial: „Trandafirul negru" 19.00 Serial: „Puterea destinului" 20.00 Serial: „Fugara". Cu: Aracely Arambula 22.00 Serial: „Dragoste de viaţă" 23.00 Serial: „Terra nostra" 0.00 Serial: „Iubire ca în filme" 1.00 Doamne de poveste 2.00 Acasă în bucătărie 3.00-5.00 Reluări.

TVR 2

7.00 Teleshopping 8.00 Arte, Carte şi Capricii (r) 9.00 Documentar 360º — GEO 10.00 Ieri-Azi-Mâine 10.45 Teleshopping 11.10 Film: „Pas în doi" (r) 13.00 Festival SoNoRo 2014 (r) 14.00 Pescar hoinar (r) 14.30 Cultura minorităţilor 15.00 Telejurnal 16.00 Ieri-Azi-Mâine 17.00 Serial: „Aventurile tânărului Hercule" 18.00 Telejurnal 19.00 Replay 20.00 Teatru: „Danaidele" 22.00 Ora de ştiri 22.55 MomentArt 23.10 Filmul de artă: „Pierrot nebunul" (Franţa, 1965). Cu: Jean-Paul Belmondo, Anna Karina 1.05-6.00 Reluări.

PRO CINEMA

7.45 La Măruţă (r) 8.30 Serial: „La bloc" 11.00 Film: „I s-a întâmplat lui Jane" (r) 13.00 Film: „Numai îngerii au aripi" (r) 15.30 Film: „Iubire necondiţionată" (r) 17.30 Film: „Fraţii" (SUA, 1985). Cu: Peter Strauss, Sam Neill 20.30 Film: „Bătaia e ruptă din rai!" (SUA, 2012). Cu: Jamie Kennedy, Adam Copeland 22.15 Film: „Furia ursului" (SUA, 2010). Cu: Brendan Michael Coughlin, Patrick Scott Lewis 23.15 Serial (r) 0.15 Lumea Pro Cinema 0.45 Cine A.M.

MARŢI – 7 aprilie

TVR 1

7.00 Telejurnal matinal 9.00 Starea naţiei (r) 10.00 Biziday (r) 10.50 Teleshopping 11.30 Serial: „Capri" 12.30 Tribuna partidelor parlamentare 13.00 EURO polis 14.00 Telejurnal 15.00 Teleshopping 15.31 Maghiara de pe unu 17.10 Plusuri şi minusuri 18.40 Serial: „Capri" (r) 19.45 Sport 19.59 Telejurnal 21.00 Vorbeşte liber! 22.00 Biziday 22.50 Starea naţiei 23.50 Film: „Ultimele zile" (Germania, 2008, partea I). Cu: Anja Kling, Hans Werner Meyer 1.35 În grădina Danei (r) 2.00 Revizie tehnică 6.00 Zestrea românilor (r).

PRO TV

7.00 Ştirile ProTv 10.30 La Măruţă (r) 12.00 Ferma vedetelor (r) 13.00 Ştirile ProTv 14.00 Serial (r) 15.00 Serial: „Puterea destinului" (r) 16.00 La Măruţă 17.00 Ştirile ProTv 17.30 La Măruţă 18.00 Lecţii de viaţă 19.00 Ştirile ProTv 20.30 Ferma vedetelor 21.30 Serial: „Las Fierbinţi" 22.30 Ştirile ProTv 23.05 Serial: „CSI: New York" 0.00-1.00 Reluări 2.30 Serial: „Supernatural: Aventuri în lumea întunericului" 3.30-5.30 Reluări.

Film Now

6.00 Observator 8.00 'Neaza cu Răzvan şi Dani 10.50 În gura presei 11.40 Teleshopping 12.00 Mireasă pentru fiul meu 13.00 Observator 14.00 Mireasă pentru fiul meu 16.00 Observator 17.00 Acces direct 19.00 Observator 20.00 Observator special 20.30 Hell's Kitchen — Iadul bucătarilor 23.00 Film: „Totul despre băieţi" (SUA, 2002). Cu: Rachel Weisz, Toni Collette 1.00 Film: „Virgin la 40 de ani" (SUA, 2005). Cu: Steve Carell, Elizabeth Banks 3.00-3.45 Reluări.

PRIMA TV

7.00 Teleshopping 7.30 Mondenii (r) 8.30 Sănătate cu Stil (r) 9.00 Click! Poftă bună! (r) 9.30 Teleshopping 10.00 Mama mea găteşte mai bine (r) 11.00 Teleshopping 11.30 Iubiri Secrete 12.30 Adevăruri ascunse (r) 13.30 Teleshopping 14.00 Secrete de Stil (r) 15.00 Trăsniţii (r) 15.30 Cireaşa de pe tort (r) 16.30 Focus 17.00 Mama mea găteşte mai bine 18.00 Focus 19.30 Adevăruri ascunse 20.30 Nunţi de poveste 22.30 Trăsniţii 23.00 Focus din inima României 23.30 Click! 0.00-6.00 Reluări.

acasă

6.00-8.00 Reluări 9.00 Teleshopping 9.15-11.30 Reluări 13.30 Teleshopping 14.00 Serial: „Înger sălbatic" 16.00 Serial: „Tânăr şi neliniştit" 17.00 Serial: „Las Bravo" 18.00 Serial: „Trandafirul negru" 19.00 Serial: „Puterea destinului" 20.00 Serial: „Fugara" 22.00 Serial: „Dragoste de viaţă" 23.00 Serial: „Terra nostra" 0.00 Serial: „Iubire ca în filme" 1.00 Doamne de poveste 2.00 Acasă în bucătărie 3.00-5.00 Reluări.

TVR 2

7.00 Teleshopping 8.00 Memorialul durerii (r) 9.00 Documentar 360º — GEO 10.00 Ieri-Azi-Mâine (r) 11.05 Teatru: „Danaidele" (r) 13.00 Concert extraordinar ATENEUL ROMÂN 2011 (r) 14.00 Natură şi aventură (r) 14.30 Cultura minorităţilor 15.00 Telejurnal 16.00 Ieri-Azi-Mâine 17.00 Serial: „Trandafirii sălbatici" (ep.1) 18.00 Telejurnal 19.00 Documentar 360º — GEO 20.10 D'ale lu' Mitică (r) 21.00 Destine ca-n filme 22.00 Ora de ştiri 23.10 Serial: „CSI: Crime şi investigaţii" 0.00-1.00 Reluări 2.00 Revizie tehnică.

PRO CINEMA

8.15 La Măruţă (r) 9.00 Serial: „La bloc" 11.30 Film: „Pământencele cedează uşor" (r) 13.30 Film: „Lecţii pentru mama" (r) 15.30 Film: „Fraţii" (r) 18.30 Film: „Fraţii" (patea a II-a) 20.30 Film: „O moarte mai bună" (SUA, 2000). Cu: Scott Wiper, Jack Conley, Carmen Argenziano 22.30 Film: „Prieteni cu copii" (SUA, 2011). Cu: Adam Scott, Jennifer Westfeldt, Maya Rudolph 0.45 Film: „O moarte mai bună" (r) 2.15 Lumea Pro Cinema 2.45 Cine A.M.

MIERCURI – 8 aprilie

TVR 1

7.00 Telejurnal matinal 9.00 Starea naţiei (r) 10.00 Biziday (r) 10.50 Teleshopping 11.30 Serial: „Capri" 12.30 Europa mea (r) 13.00 Fără etichetă 14.00 Telejurnal 15.00 Teleshopping 15.31 Convieţuiri 17.10 Se zice că... 18.40 Serial: „Capri" (r) 19.45 Sport 19.59 Telejurnal 21.00 Vorbeşte liber! 22.00 Biziday 22.50 Starea naţiei 23.50 Film: „Ultimele zile" (partea a II-a). Cu: Anja Kling, Hans Werner Meyer 1.20-2.20 Reluări 3.10 Un doctor pentru dumneavoastră 4.10-5.35 Reluări.

PRO TV

7.00 Ştirile ProTv 10.30 La Măruţă (r) 12.00 Ferma vedetelor (r) 13.00 Ştirile ProTv 14.00 Serial: „Trandafirul negru" (r) 15.00 Serial: „Puterea destinului" (r) 16.00 La Măruţă 17.00 Ştirile ProTv 17.30 La Măruţă 18.00 Lecţii de viaţă 19.00 Ştirile ProTv 20.30 Ferma vedetelor 21.30 Serial: „Las Fierbinţi" 22.30 Ştirile ProTv 23.05 Serial: „CSI: New York" 0.00 Serial: „Tanti Florica" 1.00 Ferma vedetelor (r) 2.00 Serial: „Supernatural: Aventuri în lumea întunericului" 3.00-5.30 Reluări.

Film Now

6.00 Observator 8.00 'Neaza cu Răzvan şi Dani 10.50 În gura presei 11.40 Teleshopping 12.00 Mireasă pentru fiul meu 13.00 Observator 14.00 Mireasă pentru fiul meu 16.00 Observator 17.00 Acces direct 19.00 Observator 20.00 Observator special 20.30 Hell's Kitchen — Iadul bucătarilor 23.00 Film: „Tăntălăul şi gogomanul" (SUA, 1994). Cu: Jim Carrey 22.30 Flm: „La început a fost cuvântul" (SUA, 2000, partea I). Cu: Martin Landau, Jacqueline Bisset 0.30-3.45 Reluări.

PRIMA TV

7.00 Teleshopping 7.30 Nunţi de poveste (r) 9.30 Teleshopping 10.00 Mama mea găteşte mai bine (r) 11.00 Teleshopping 11.30 Iubiri Secrete 12.30 Adevăruri ascunse (r) 13.30 Teleshopping 14.00 Levintza prezintă (r) 14.30 Teleshopping 15.00 Trăsniţii 15.30 Cireaşa de pe tort (r) 16.30 Focus 17.00 Mama mea găteşte mai bine 18.00 Focus 19.30 Adevăruri ascunse 20.30 Cronica Cârcotaşilor 22.30 Trăsniţii 23.00 Focus din inima României 23.30 Click! 0.00-6.00 Reluări.

acasă

6.00-8.00 Reluări 9.00 Teleshopping 9.15-11.30 Reluări 13.30 Teleshopping 14.00 Serial: „Înger sălbatic" 16.00 Serial: „Tânăr şi neliniştit" 17.00 Serial: „Las Bravo" 18.00 Serial: „Trandafirul negru" 19.00 Serial: „Puterea destinului" 20.00 Serial: „Fugara" 22.00 Serial: „Dragoste de viaţă" 23.00 Serial: „Terra nostra" 0.00 Serial: „Iubire ca în filme" 1.00 Doamne de poveste 2.00 Acasă în bucătărie 3.00-5.00 Reluări.

TVR 2

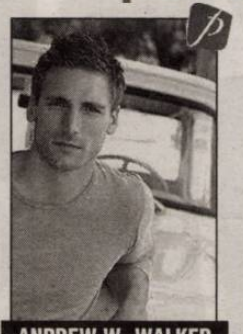
7.00 Teleshopping 8.00 Mic dejun cu un campion (r) 9.00 Documentar 360º — GEO (r) 10.00 Ieri-Azi-Mâine (r) 11.10 Destine ca-n filme (r) 12.00 D'ale lu' Mitică (r) 13.00 Concert extraordinar ATENEUL ROMÂN 2011 (r) 14.00 Natură şi sănătate (r) 14.30 Cultura minorităţilor 15.00 Telejurnal 16.00 Ieri-Azi-Mâine 17.00 Serial: „Trandafirii sălbatici" 18.00 Telejurnal 19.00 Documentar 360º — GEO (r) 20.10 Telecinemateca: „Să gătim cu unt" (SUA, 1963). Cu: Fernandel, Bourvi 22.00 Ora de ştiri 23.10 Serial: „CSI: Crime şi investigaţii" 0.00 Festivalul Internaţional de Teatru de la Sibiu 0.30-6.00 Reluări.

PRO CINEMA

7.45 La Măruţă (r) 8.30 Serial: „La bloc" 12.30 Film: „Graba strică treaba" (r) 14.30 Film: „Fraţii" (r) 16.30 Film: „Fraţii" (partea a III-a) 18.30 Film: „Dovada vie" (SUA, 2008). Cu: Harry Connick Jr, Tammy Blanchard 20.30 Film: „Golemul de metal" (Canada, 2011). Cu: Kavan Smith, Colby Johannson 22.30 Film: „Cercul vrăjitoarelor" (coprod., 2007). Cu: Peter Gallagher, Jamie-Lynn Sigler 0.30 Film: „Golemul de metal" (r) 2.00 Lumea Pro Cinema 2.30 Cine A.M.

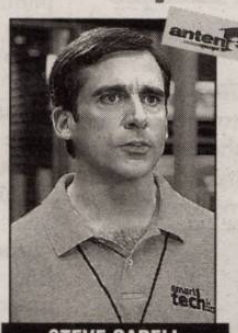
STEPHEN MANGAN
— luni, 0.25 —

LILY COLE
— sâmbătă, 0.15 —



ANDREW W. WALKER
— sâmbătă, 20.30 —

ARACELY ARAMBULA
—luni-sâmbătă, 20.00 —



STEVE CARELL
—marţi, 1.00 —

JENNA ELFMAN
— joi, 20.10 —

BILLY ZANE
— duminică, 20.30 —

„MAGAZIN" nu răspunde de modificările efectuate ulterior de către posturile de televiziune

JOI – 9 aprilie

TVR 1

7.00 Telejurnal matinal 9.00 Starea naţiei (r) 10.00 Biziday (r) 10.50 Teleshopping 11.30 Serial: „Capri" 12.30 Tribuna partidelor parlamentare 13.00 De joi până joi 14.00 Telejurnal 15.00 Teleshopping 15.31 Akzente 17.00 Interes general 18.00 Lozul cel mare 18.40 Serial: „Capri" (r) 19.45 Sport 19.59 Telejurnal 21.00 Vorbeşte liber! 22.00 Biziday 22.50 Film: „Sherlock Holmes" (SUA, 2010). Cu: Ben Syder, Gareth David-Lloyd 0.30 Serial: „Escroci de treabă" 2.20 Telejurnal (r) 4.10 Un doctor pentru dumneavoastră 4.10-5.35 Reluări.

PRO TV

7.00 Ştirile ProTv 10.30 La Măruţă (r) 12.00 Ferma vedetelor (r) 13.00 Ştirile ProTv 14.00 Serial (r) 15.00 Film: „Iisus din Nazareth" (coprod., 1977, partea I). Cu: Robert Powell 16.00 La Măruţă 17.00 Ştirile ProTv 17.30 La Măruţă 18.00 Lecţii de viaţă 19.00 Ştirile ProTv 20.30 Ferma vedetelor 21.30 Serial: „Las Fierbinţi" 22.30 Ştirile ProTv 23.05 Serial: „CSI: New York" 0.00 Serial: „Tanti Florica" 1.00 Ferma vedetelor (r) 2.00 Serial: „Supernatural: Aventuri în lumea întunericului" 3.00-5.30 Reluări.

Film Now

6.00 Observator 8.00 'Neaza cu Răzvan şi Dani 10.50 În gura presei" 11.40 Teleshopping 12.00 Mireasă pentru fiul meu 13.00 Observator 14.00 Mireasă pentru fiul meu 16.00 Observator 17.00 Acces direct 19.00 Observator 20.00 Observator special 20.30 Film: „Dennis, pericol public" (SUA, 1993). Cu: Walter Matthau, Joan Plowright 22.30 Film: „La început a fost cuvântul" (ultima parte) 0.30-3.45 Reluări.

PRIMA TV

7.00 Teleshopping 7.30 Revendicarea (r) 8.30 Amintiri din viitor (r) 9.30 Teleshopping 10.00 Mama mea găteşte mai bine (r) 11.00 Teleshopping 11.30 Iubiri Secrete 12.30 Adevăruri ascunse (r) 13.30 Teleshopping 14.00 Jurnalul STV Junior (r) 14.30 Teleshopping 15.00 Trăsniţii (r) 15.30 Cireaşa de pe tort (r) 16.30 Focus 17.00 Mama mea găteşte mai bine 18.00 Focus 19.30 Cireaşa de pe tort 20.30 Curat, Murdar? 21.30 Apel de urgenţă 22.30 Trăsniţii 23.00 Focus din inima României 23.30 Click! 0.00-6.00 Reluări.

acasă

6.00-8.00 Reluări 9.00 Teleshopping 9.15-11.30 Reluări 13.30 Teleshopping 14.00 Serial: „Înger sălbatic" 16.00 Serial: „Tânăr şi neliniştit" 17.00 Serial: „Las Bravo" 18.00 Serial: „Trandafirul negru" 19.00 Serial: „Puterea destinului" 20.00 Serial: „Fugara" 22.00 Serial: „Dragoste de viaţă" 23.00 Serial: „Terra nostra" 0.00 Serial: „Iubire ca în filme" 1.00 Doamne de poveste 2.00 Acasă în bucătărie 3.00-5.00 Reluări.

TVR 2

7.00 Teleshopping 8.00 Mituri muzicale româneşti (r) 9.00 Documentar 360º — GEO (r) 10.00 Ieri-Azi-Mâine (r) 10.50 Teleshopping 11.10 Ferma (r) 12.00 Drumul lui Leşe (r) 13.00 Concert extraordinar ATENEUL ROMÂN 2011 (r) 14.00 Festivalul Internaţional de Teatru de la Sibiu (r) 14.30 Cultura minorităţilor 15.00 Telejurnal 16.00 Ieri-Azi-Mâine 17.00 Serial: „Trandafirii sălbatici" 18.00 Telejurnal 19.00 Documentar 360º — GEO 20.10 Film: „Simţuri" (SUA, 2005). Cu: Jenna Elfman 22.00 Ora de ştiri 23.10 Serial: „CSI: Crime şi investigaţii" 0.00-6.00 Reluări.

PRO CINEMA

7.45 La Măruţă (r) 9.15 Serial: „La bloc" 12.15 Film: „Dovada vie" (r) 14.30 Film: „Alice în Ţara Minunilor" (M. Britanie 1985, partea I). Cu: Natalie Gregory, Sheila Allen 16.15 Film: „Fraţii" (r) 18.15 Film: „Sfârşitul aventurii" (SUA, 1955). Cu: Deborah Kerr, Van Johnson 20.30 Film: „Anchetă la limită" (SUA, 2005). Cu: Lou Diamond, Victoria Pratt 22.15 Film: „Cercul vrăjitoarelor" (partea a II-a) 0.00 Film: „Anchetă la limită" (r) 1.30 Lumea Pro Cinema 2.00 Cine A.M.

VINERI – 10 aprilie

TVR 1

7.00 Telejurnal matinal 9.00 Profesioniştii 10.00 Biziday (r) 10.50 Teleshopping 11.30 Serial: „Capri" (ultimul ep.) 12.30 Tribuna partidelor parlamentare 13.00 Adevăruri despre trecut (r) 13.30 M.A.I. aproape de tine 14.00 Telejurnal 15.00 Teleshopping 15.30 Oameni ca noi 16.00 Parlamentul României 17.00 Maşini, teste şi verdicte 17.30 Prin ţara zânelor (r) 18.00 Vreau să fiu sănătos! 18.30 Universul credinţei — Ediţie specială 19.45 Sport 19.59 Telejurnal 21.10 Film: „Miracol în pădure" (SUA, 1997) 22.45 Concert „În vremea aceea" 0.35 Serial: „Escroci de treabă" 1.25-5.35 Reluări.

PRO TV

7.00 Ştirile ProTv 10.30 La Măruţă (r) 12.00 Ferma vedetelor (r) 13.00 Ştirile ProTv 14.00 Serial: „Trandafirul negru" (r) 15.00 Film: „Iisus din Nazareth" (partea a II-a) 16.00 La Măruţă 17.00 Ştirile ProTv 17.30 La Măruţă 18.00 Lecţii de viaţă 19.00 Ştirile ProTv 20.30 Ferma vedetelor 21.30 Serial: „Las Fierbinţi" 22.30 Ştirile ProTv 23.05 Serial: „CSI: New York" 0.00 Serial: „Tanti Florica" 1.00 Ferma vedetelor (r) 2.00 Serial: „Supernatural: Aventuri în lumea întunericului" 3.00-5.30 Reluări.

Film Now

6.00 Observator 8.00 'Neaza cu Răzvan şi Dani 11.00 Serial: „Black Beauty" 13.00 Observator 14.00 Mireasă pentru fiul meu 16.00 Observator 17.00 Acces direct 19.00 Observator 20.00 Observator special 20.30 Film 22.30 Film: „Evan Atotputernicul" (SUA, 2007). Cu: Morgan Freeman, Steve Carell, Lauren Graham 0.30 Film: „Departe, departe" (SUA, 1992). Cu: Tom Cruise, Nicole Kidman 3.00 Observator (r) 3.45 Acces direct (r).

PRIMA TV

7.00 Teleshopping 7.30 Dosarele DNA (r) 8.30 Secrete de Stil (r) 9.00 Levintza prezintă (r) 9.30 Teleshopping 10.00 Mama mea găteşte mai bine (r) 11.00 Teleshopping 11.30 Iubiri Secrete 12.30 Revendicarea (r) 13.30 Teleshopping 14.00 Sport, vedetă şi o vedetă 14.30 Teleshopping 15.00 Trăsniţii (r) 15.30 Răzi şi câştigi 16.30 Focus 17.00 Mama mea găteşte mai bine 18.00 Focus 19.30 Sport, vedetă şi o vedetă 20.30 Film: „Haiducii lui Şaptecai" (România, 1970). Cu: Florin Piersic, Marga Barbu 23.00-6.00 Reluări.

acasă

6.00-8.00 Reluări 9.00 Teleshopping 9.15-11.30 Reluări 13.30 Teleshopping 14.00 Serial: „Înger sălbatic" 16.00 Serial: „Tânăr şi neliniştit" 17.00 Serial: „Las Bravo" 18.00 Serial: „Trandafirul negru" 19.00 Serial: „Puterea destinului" 20.00 Serial: „Fugara" 22.00 Serial: „Dragoste de viaţă" 23.00 Serial: „Terra nostra" 0.00 Serial: „Iubire ca în filme" 1.00 Doamne de poveste 2.00 Acasă în bucătărie 3.00-5.00 Reluări.

TVR 2

7.00 Teleshopping 8.00 Drumul lui Leşe (r) 9.00 Documentar 360º — GEO (r) 10.00 Ieri-Azi-Mâine (r) 10.50 Teleshopping 11.10 Memorialul durerii (r) 12.10 Arte, Carte şi Capricii (r) 13.00 Concert extraordinar ATENEUL ROMÂN 2011 (r) 14.00 România în anii celui De-Al Doilea Război Mondial (r) 14.00 Cultura minorităţilor 15.00 Telejurnal 16.00 Ieri-Azi-Mâine 17.00 Serial: „Trandafirii sălbatici" 18.00 Telejurnal 19.00 Documentar 360º — GEO 20.10 7 Cuvinte 22.00 Ora de ştiri 23.10 Film: „Scara" (SUA, 1998). Cu: Barbara Hershey 0.50-5.10 Reluări.

PRO CINEMA

7.00 La Măruţă (r) 9.30 Serial: „La bloc" 12.30 Film: „Alice în Ţara Minunilor" (r) 14.30 Film: „Dovada vie" (r) 16.30 Film: „Sfârşitul aventurii" (r) 18.30 Film: „Alice în Ţara Minunilor" (partea a II-a) 20.30 Film: „În ceaţă" (coprod., 2012). Cu: Vladimir Svirskiy, Vladislav Abashin 23.00 Film: „Copiii noştri" (Belgia, 2012). Cu: Niels Arestrup, Tahar Rahim 0.45 Film: „În ceaţă" (r) 1.15 Lumea Pro Cinema 1.45 Cine A.M.

SÂMBĂTĂ – 11 aprilie

TVR 1

7.00 În grădina Danei (r) 7.30 Serial: „Prietenie cu năbădăi" 8.00 Film: „Albă ca Zăpada" (SUA, 2012) 9.30 Maşini, teste şi verdicte (r) 10.00 Zon@ 10.30 Europa mea 11.00 Concert de pricesne 11.50 Film: „Fetiţa din Chartreuse" (Franţa, 2005) 13.30 Impact global 14.00 Telejurnal 14.30 Vreau să fiu sănătos! 15.00 Ora regelui 16.30 Dosar România (r) 17.00 Film: „Charlot vagabond" (SUA, 1916) 18.00 Exclusiv în România 18.50 Teleenciclopedia 19.45 Sport 20.00 Telejurnal 21.10 Film: „Vals în lumina lunii" (SUA, 2012) 23.00 Ecce via — Aceasta este Calea! 23.45 Universul credinţei 0.50 La masa de Paşti 3.20-5.35 Reluări.

PRO TV

6.00 Serial: „Înapoi la fermă" 7.00 Ştirile Pro Tv 10.00 I like IT 10.30 Ce se întâmplă, doctore? 11.00 Film: „Jurnal de dădacă" (SUA, 2007) 13.00 Ştirile Pro Tv 13.30 Serial: „Toate pânzele sus" 14.45 Film: „Iisus din Nazareth" (partea a III-a) 16.15 Românii au talent (r) 19.00 Ştirile Pro Tv 20.30 Ferma vedetelor 22.30 Film: „Iisus din Nazareth" (partea a IV-a) 23.45 Slujba de Înviere 0.15 Film: „Dr. Parnassus" (coprod., 2009). Cu: Christopher Plummer, Lily Cole 2.30-6.00 Reluări.

Film Now

6.00 Observator 9.00 Film animaţie: „Barbie în Povestea sirenei 2" 10.15 Next Star (r) 13.00 Observator 14.00 Mireasă pentru fiul meu 16.00 Observator 17.00 Mireasă pentru fiul meu 19.00 Observator 20.00 Star News 20.30 Te cunosc de undeva! 23.50 Slujba de Înviere 0.15 Film: „Lorenzo" (SUA, 1992). Cu: Nick Nolte, Susan Sarandon, Peter Ustinov 2.45 Film: „Beethoven 5" (SUA, 2003) 4.45 Film (r).

PRIMA TV

7.00 Teleshopping (r) 7.30 Film: „Haiducii lui Şaptecai" (r) 9.30 Teleshopping 10.00 Jurnalul STV Junior 10.30 Click! Poftă bună! 11.00 Adevăruri ascunse (r) 13.00 Curat, Murdar? (r) 14.00 Nunţi de poveste (r) 16.00 Schimb de mame (r) 18.00 Focus 19.00 Răzi şi câştigi 19.30 Cireaşa de pe tort 20.30 Film: „Răpită din dragoste" (coprod., 2007). Cu: Sarah Wynter, Andrew W. Walker 23.00 Film: „Doar prieteni" (Franţa, 2005). Cu: Gérard Depardieu, Jean-Paul Rouve 1.00 Serial: „Undercover" 2.30-6.30 Reluări.

acasă

6.00-7.45 Reluări 8.45 Teleshopping 9.15-11.30 Reluări 13.30 Teleshopping 14.00 Serial: „Înger sălbatic" 16.00 Dezvăluiri din lumea telenovelelor 17.00 Serial: „Las Bravo" 18.00 Serial: „Regina inimilor" 20.00 Serial: „Fugara" 22.00 Serial: „Dragoste de viaţă" 23.00 Premios Tu Mundo — Alfombra Azul 0.15 Slujba de Înviere (transmisiune directă) 0.15 Premios Tu Mundo 2.00 Serial: „Iubire ca în filme" 3.00 Acasă la români 4.30 Doamne de poveste 5.15 Serial (r).

TVR 2

7.00 Cartea cea de toate zilele (r) 7.15 Teleshopping 8.00 A doua emigrare (r) 8.30 Europa 360º (r) 9.00 Mic dejun cu un campion 10.00 România în anii celui De-Al Doilea Război Mondial 10.30 Arca lui Noe 11.00 Rugby: RCMUV Timişoara — CS Ştiinţa CSM Baia Mare 13.00 Popasuri folclorice 14.10 Film: „Un print pentru mama" (SUA, 2011) 16.00 Memorialul durerii 17.00 Mituri muzicale româneşti 18.00 Telejurnal 18.30 5 x 5 minute de istorie 19.00 Arte, carte şi capricii 20.10 Film: „Undeva, cândva" (SUA, 1980) 22.10 Film: „Terenul de baseball" (SUA, 1989) 0.00-6.00 Reluări.

PRO CINEMA

7.45 La Măruţă (r) 9.00 Serial: „La bloc" 12.00 Film: „Sfârşitul aventurii" (r) 14.15 Film: „Alice în Ţara Minunilor" (r) 16.15 Film: „Alice în Ţara Minunilor" (partea a II-a) 18.15 Film: „Evoluţie" (SUA, 2001). Cu: David Duchovny, Julianne Moore 20.30 Film: „Visul lui Adalbert" (România, 2011). Cu: Adrian Vancica, Paul Ipate, Gabriel Spahiu 22.30 Film: „Ca apa pentru ciocolată" (Mexico, 1992). Cu: Marco Leonardi, Lumi Cavazos 0.45 Serial (r) 2.00 Lumea Pro Cinema 2.30 Cine A.M.

DUMINICĂ – 12 aprilie

TVR 1

7.00 Vreau să fiu sănătos! 7.30 Universul credinţei 9.30 Pro Patria 10.00 În grădina Danei 10.30 Zestrea românilor (r) 11.00 La masa de Paşti 14.00 Telejurnal 14.30 Adevăruri despre trecut 15.00 Politică şi delicateţuri cu Mircea Dinescu — Ediţie specială 16.00 Tezaur folcloric 17.00 Gala umorului (r) 18.00 Lozul cel mare 18.45 Dosar România 19.45 Sport 20.00 Telejurnal 21.10 O dată-n viaţă 23.35 Film: „Lună de miere în Las Vegas" (SUA, 1992). Cu: Sarah Jessica Parker, Nicolas Cage 1.20 Serial: „Escroci de treabă" 2.50-5.35 Reluări.

PRO TV

7.00 Ştirile ProTv 10.30 La Măruţă (r) 12.00 Ferma vedetelor (r) 13.00 Ştirile ProTv 14.00 Serial: „Trandafirul negru" (r) 15.00 Film: „Iisus din Nazareth" (partea a II-a) 16.00 La Măruţă 17.00 Ştirile ProTv 17.30 La Măruţă 18.00 Lecţii de viaţă 19.00 Ştirile ProTv 20.30 Românii au talent 23.00 Film: „Să mai întâmplă!" (coprod., 2011). Cu: Krysten Ritter, Kate Bosworth, Rachel Bilson 1.00-5.00 Reluări.

Film Now

6.00 Observator 8.00 'Neaza cu Răzvan şi Dani 11.00 Observator special 20.30 Film: „Mickey, Ochi Albaştri" (SUA, 1999). Cu: Hugh Grant, James Caan 3.30 Observator (r) 4.15 Film (r).

PRIMA TV

7.00 Trăsniţii (r) 9.00 Casa: construcţie şi design 9.30 Sănătate cu Stil 10.00 Secrete de Stil 10.30 Levintza prezintă 11.00 Playtech 11.30 Film: „Răpită din dragoste" (r) 13.30 Film: „Liceenii Rock'n Roll" (România, 1992). Cu: Ştefan Bănică, Oana Sârbu, Mihai Constantin 16.00 Cronica Cârcotaşilor (r) 18.00 Focus 19.00 Răzi şi câştigi 19.30 Cireaşa de pe tort 20.30 Schimb de mame 22.30 Constantin 60 23.30-6.00 Reluări.

acasă

6.00 Serial (r) 7.00 Dezvăluiri din lumea telenovelelor (r) 8.00 Serial: „Las Bravo" (r) 11.00 Serial (r) 13.00 PremiosTu Mundo — Alfombra Azul (r) 14.00 Premios Tu Mundo (r) 16.00 Dezvăluiri din lumea telenovelelor 17.00 Serial: „Las Bravo" 18.00 Serial: „Regina inimilor" 20.00 Film: „Partenerul ideal" (SUA, 1997) 22.00 Serial: „Dragoste de viaţă" 23.00 Serial: „Teen Mom" 0.00 Serial: „Iubire ca în filme" 1.00 Acasă la români 2.30 Doamne de poveste 3.00-4.30 Reluări.

TVR 2

7.00 Cartea cea de toate zilele (r) 7.15 Teleshopping 8.00 Popasuri folclorice (r) 9.00 Ferma 10.00 Pescar hoinar 10.30 Serial: „Viaţa cu Derek" 11.30 Motomagia 12.00 Cap Compas 12.30 A doua emigrare 13.00 Natură şi aventură 14.10 Film: „Eu, tu şi Ovidiu" (România, 1978). Cu: Florin Piersic 16.00 Festivalul Internaţional de Circ de la Massy 17.00 D'ale lu' Mitică 18.00 Telejurnal 18.30 Drumul lui Leşe 19.30 Europa 360º 20.10 Film: „Sosesc păsările călătoare" (România, 1984). Cu: Tora Vasilescu 22.10 Film: „Singurătatea florilor" (România, 1975). Cu: Radu Beligan 23.40-6.00 Reluări.

PRO CINEMA

7.00 La Măruţă (r) 9.30 Serial: „La bloc" 12.30 Film: „Alice în Ţara Minunilor" (r) 14.30 Film: „Alice în Ţara Minunilor" (r) 16.30 Film: „Evoluţie" (r) 18.30 Film: „Doamna Winterbourne" (SUA, 1996). Cu: Shirley MacLaine, Ricki Lake 18.15 Film: „Cum ţi-e scris" (SUA, 1994). Cu: Marisa Tomei, Robert Downey Jr. 20.30 Film: „Barabba" (coprod., 2012). Cu: Billy Zane, Cristiana Capotondi 0.30 Serial: „La bloc" (r) 1.00 Lumea Pro Cinema 1.30 Cine A.M.

7.45 Doamne de poveste 8.45 Serial: „La bloc" 10.15 Doamne de poveste (r) 11.45 Film: „Alice în Ţara Minunilor" (r) 13.45 Film: „Evoluţie" (r) 16.00 Film: „Doamna Winterbourne" (SUA, 1996). Cu: Shirley MacLaine, Ricki Lake 18.15 Film: „Cum ţi-e scris" (SUA, 1994). Cu: Marisa Tomei, Robert Downey Jr. 20.30 Film: „Barabba" (coprod., 2012). Cu: Billy Zane, Cristiana Capotondi 0.30 Serial: „La bloc" (r) 1.00 Lumea Pro Cinema 1.30 Cine A.M.

Integramă de **M. ALBU**

IPOSTAZE

DUŞMAN PE FRONT / ÎNAINTE DE AMIAZĂ		SCUTIRE DE PEDEAPSĂ / ECHIPĂ ENGLEZĂ		GĂSIŢI PESTE TOT / CAP DE MIERLĂ!		ÎNDEMN DE CĂRUŢAŞ / BANI LA IRANIENI		MÂNCAT DE MISTREŢ / MAŞINI CU ARĂSTAŢI		ASOCIAŢIE / ADUNAŢI LA VÂRSTĂ	
A PRIMENI ATMOSFERA / ZĂPADĂ							A PORNI CU GREU / LUCRĂTOR ÎN SUBTERAN				
				PICIOR DE VERS / APĂ NĂVALNICĂ					ÎN CIUR! / MÂNĂ, MURGULE!		
TEREN DE PĂŞUNAT / DE FOLOS LA CUSUT					CÂNTECEL GERMAN / GLAS DE VRĂBIUŢĂ					STĂRI DE MELANCOLIE	
		PLANTĂ DE ULEI / ACOPERĂ BRAŢUL						DIN SIDEF! / SCAUNE PE CAI			
	POMI CU IONATANE / MEŞTER DE CIURURI					STUDIU LITERAR / A AGITA SPIRITELE					LOC DE CINSTE
			GRAFICE DE LUCRU / CAL DE HAIDUC						DOI ROMAN / REST DE LA STRUNG		
ASTFEL / SPORIT ENORM / PĂGÂN							GLAS CE ÎNGÂNĂ / A DAT BARBA JOS!				
				NUMĂR CU SOŢ / ÎN PLIANT!				APEL DISCRET / PRIMELE LA MEDICINĂ!			
A PUNE LA MURAT / GESTURI TANDRE					A DA CU CĂDELNIŢA						

Verificaţi-vă cunoştinţele!

Catedrale

1. Ce se înţelege, în general, prin catedrală?
2. Care catedrală din ţara noastră este cunoscută drept „Catedrala Încoronării"?
3. Ce se înţelege în muzică prin „Şcoala de la Notre Dame"?
4. Cine este autorul romanului istoric „Catedrala mării"?
5. Care este cea mai preţioasă relicvă păstrată în Catedrala de la Amiens?
6. Ce mare pictor francez (1840-1926) a reprezentat în câteva pânze „Catedrala din Rouen"?
7. Cine a realizat filmul de groază „Tenebre 3: Catedrala" („Jeepers Creepers 3: Cathedral")?

Răspunsurile pentru numărul trecut

1) În folclorul românesc, prin „Cântec bătrânesc" se înţelege baladă. 2) „Cântecul Gudrunei" este cel mai important poem epic medieval german, după „Cântecul Nibelungilor". A fost realizat în jurul anului 1200. 3) Cele 311 poezii care compun „Cartea cântecelor" au fost selectate din peste 3000 de creaţii de către Confucius. 4) „Cântecul parcelor" este creaţia compozitorului german Johannes Brahms (1835-1897). 5) Volumul de versuri „Cântece fără ţară" aparţine lui Octavian Goga (1881-1938). 6) Tabloul „Rouget de Lisle cântând Marseilleza" poartă semnătura lui Isidore-Alexandre-Augustin Pils. 7) Filmul „Un cântec pe Broadway" („Funny Lady") a fost realizat de regizorul Herbert Ross.

Poşta cititorilor

Pentru întrebările la tema „Femei" am primit:

◆ **7 răspunsuri corecte:** *Florentina Gorea*, Topliţa; *Mioara Popa*, Iaşi; *Alexandra Durna*, ???; *Elena Ispas*, Piatra Neamţ; *Corina Simion*, Sibiu; *Rodica Ioan* şi *Luminiţa Popescu*, Bucureşti; *Ing. Ion Ciocşan*, Pucioasa; *Gheorghe Enache*, Galaţi; *Ing. Ion Cozma* şi *Ing. Mihai Călcăianu*, Adjud; *Matei Bărbulescu* şi *Florin Mateescu*, Iaşi; *Ing. Silviu Iagada*, Turnu Măgurele; *Prof. Ion Cioran*, Slobozia; *Prof. Aurel Mincic*, Beiuş-Bihor; *Prof. Marin Ştefan*, Şimleul Silvaniei şi *Mihai Waspusch*, Bucureşti.

◆ **6 răspunsuri corecte:** *Daniela Nicolae* şi *Raluca Petrescu*, Iaşi; *Monica Vlad*, Timişoara; *Corina Mateescu*, Ploieşti; *Ileana Popa*, Baia Mare; *Viorica Simionescu*, Arad; *Ana Ioan*, Brăila; *Cristina Rusu*, Constanţa; *Codruţa Mateescu*, Bacău; *George Ionescu*, Ploieşti; *Dan Voicu*, Turnu Măgurele şi *Radu-Andrei Ciobanu*, Bucureşti.

◆ **5 răspunsuri corecte:** *Ioana Costea*, Piteşti; *Ilinca Stănescu* şi *Corina Marinescu*, Ploieşti; *Viorica Simionescu*, Arad; *Bogdan Suciu*, Timişoara; *Cristian Vasilescu*, Arad; *Ionel Petrescu* şi *Cristian Zamfirescu*, Bucureşti.

✉ ***Prof. MARIN ŞTEFAN, Şimleul Silvaniei.*** Vă mulţumim pentru aprecieri şi felicitările trimise cu ocazia tuturor sărbătorilor din această primăvară şi vă felicităm la rândul nostru pentru întreaga dumneavoastră activitate.

✉ ***HARALAMBIE ENACHE, Suceava.*** Ne pare rău că statuia din oraşul dumneavoastră nu şi-a reluat locul. Să sperăm că edilii urbei vor lua în cele din urmă măsurile necesare.

Îi rugăm pe toţi prietenii rubricii ca atunci când ne trimit pentru prima oară răspunsuri prin poşta electronică să menţioneze şi localitatea în care trăiesc, pentru ca noi să o putem adăuga alături de numele lor, cum este tradiţia revistei. *(IRINA STOICA)*

Sfaturi practice

Grădinăritul în luna aprilie

■ Acum este perioada ideală pentru plantarea pomilor fructiferi, a trandafirilor, arbuştilor, a unor plante ornamentale şi a tufelor de zmeur sau mur.

■ Se sădesc plante, mai ales pentru a obţine o producţie considerabilă de flori.

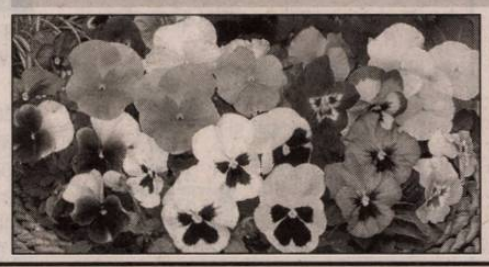
■ Gazonul trebuie tuns la 3-4 cm. Se administrează îngrăşământ.

■ Clematitele se pot tăia pentru a le menţine tinere şi a asigura o înflorire bogată.

■ Se taie gardul natural (tisa) şi după ce s-a terminat înflorirea, se pot tunde tufişurile de Forsythia.

■ Se plantează bulbii de dalie, gladiole şi crini.

■ Se pot planta flori rezistente la brumele de primăvară: toporaşi, panseluţe, părăluţe.



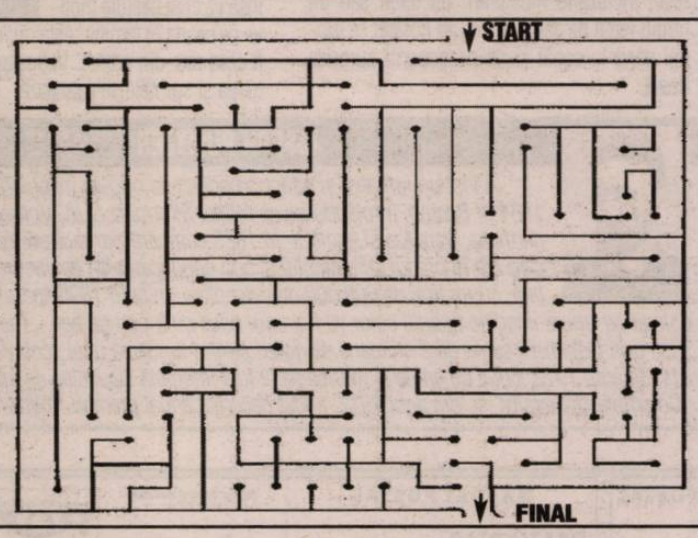
■ Se pregătesc straturile de legume din grădini, evitându-se lucrările când e vreme ploioasă. *(D.M.)*

Comorile noastre

Elevii Şcolii Gimnaziale Oituz — profesor Botezatu Dan

PERSPICACITATE

Încercaţi să parcurgeţi labirintul.



SOLUŢIA INTEGRAMEI „FLASH":
A - C - Z - E - U - R - AVERTISMENTE - AR - MAT - TIUI - EROS - RIDA - RA - IUTI - RAND - T - BI - ORDIN - UZI - I - ARII - STOG - SAH - SERII - AC - ITI - CAINARI - DUIOSII - TRIO - RANI - DRICAR - PITIRE - OTETI.

Soluţia «SUDOKU» — jocul săptămânii 12

6	8	2	3	4	9	1	7	5
4	3	1	5	6	7	2	8	9
9	5	7	1	2	8	4	6	3
7	6	5	4	9	2	8	3	1
2	4	9	8	1	3	7	5	6
3	1	8	7	5	6	9	4	2
8	7	6	2	3	1	5	9	4
1	9	4	6	7	5	3	2	8
5	2	3	9	8	4	6	1	7

Umor

– Doctore, nu mă pot opri din furat maşini.

– Ia pastilele astea, o dată pe zi. Dacă nu merg, adu-mi un Porsche data viitoare când treci pe aici.

O blondă la spovedanie:

– Părinte, am preacurvit.

– De câte ori, fiica mea?

– Părinte, am venit să mă spovedesc, nu să mă laud!

Un oltean intră într-o frizerie şi-l întreabă pe frizer:

– Cât face la dumneata un tuns?

– 10 lei, domnule!

– Dar un bărbierit?

– Doar 5 lei.

– Atunci bărbiereşte-mă în cap!

CRONICA TV

Cireaşa cu şi fără tort

Formatul unei emisiuni, de divertisment, de pildă, trebuie să fie respectat, dar asta nu presupune excluderea inovaţiilor. Sunt necesare unele schimbări, altfel pot deveni „monotone", previzibile. Aşa cum se întâmpla deseori în emisiunea *Cireaşa de pe tort (Prima tv)*. Acelaşi scenariu: limuzina cu invitaţii care bârfesc, se amuză, încearcă să anticipeze meniul, calitatea preparatelor, atmosfera din timpul mesei; întâmpinarea lor de către amfitrion cu pălincă, lichior ori şampanie aşezate pe o tavă; cadourile, cam de acelaşi gen: vin, şampanie, flori... şi restul: comentariile savuroase ale simpaticului Horia Vârlan, ale invitaţilor, notele acordate...

Urmează aşezarea la masă, aşternerea bucatelor, dialogurile în care nu se excelează. În unele emisiuni, acest format standard e spart. Sunt difuzate imagini din piaţă, supermarket şi din bucătărie cu gazda gătind de zor, din timpul mesei, când gazda, din lumea muzicală fiind, ori un personaj care apare pe neaşteptate oferă un mic recital. Sunt momentele cele mai plină de sevă.

Săptămâna trecută am urmărit 3 emisiuni, de joi până sâmbătă. În prima, amfitrion a fost Cove — Gabriel Coveşeanu — cunoscut în special din „Surprize, surprize", care a făcut carieră în televiziune fără să se remarce prin ceva special şi care a gătit, cel puţin aşa a lăsat să se înţeleagă, pentru invitaţii săi: Daniela Nane, Ioan Isaiu, actori, şi Thea Heimovitz, creatoare de bijuterii pentru colecţii de vestimentaţie şi patronul unei companii de produse dermatocosmetice. Emisiunea a fost cam dezamăgitoare. S-a respectat formatul de bază, discuţiile n-au avut nici sare, nici piper, toată lumea din înalta societate — mai puţin Cove — părea cenzurată de etichetă. În cea de-a doua, gazda a fost Ioan Isaiu, care a avut doi invitaţi-surpriză: un ventriloc şi o păpuşă — un bătrânel simpatic foc, excelent manipulat. Şi cea de-a treia emisiune — gazda, Thea Heimovitz — a prins viaţă când şi-a făcut apariţia o cântăreaţă de muzică pop. Atmosfera s-a destins brusc, toată lumea a dansat, a jubilat...

Evident că nu acest gen de show dă tonul emisiunii, dar simţi că se întâmplă ceva acolo, că în formatul care o încorsetează deseori se face o breşă care permite accesul surprizelor. *(Dorin Măran)*

Dieta fiecărei zodii 3

LEU

Caracteristici: Deşi au aparenţa unor persoane puternice şi bine făcute, în interior nu sunt atât de rezistenţi pe cât le place să creadă. La fel ca Berbecii şi Taurii, Leii îşi forţează limitele pentru că sunt ferm convinşi că le pot depăşi. Când se îmbolnăvesc li se pare că lumea din jur se năruie şi că aşa ca ei nu mai sunt şi alţii.

Sfatul zodiei: *Vi se potrivesc dietele pe termen scurt.*

Aparţinând semnelor de Foc, nu vor fi pacienţi prea răbdători. Orice dietă care garantează rezultate în mai puţin de o săptămână li se pare ideală. În cazul în care cineva are nevoie să promoveze produse energizante, dumneavoastră şi ceilalţi colegi de semn (Berbeci şi Săgetători) sunteţi parteneri ideali.

Femeile Leu sunt fie înalte şi slabe, fie minione şi grăsuţe, dar oricare ar fi aspectul lor, acestea sunt mândre de cum arată şi nu vor fi adeptele dietelor.

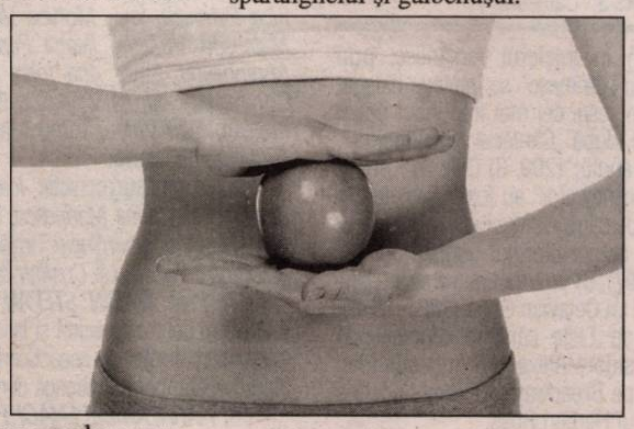
Cu toate acestea, este bine ca din când în când să vă impuneţi un regim alimentar sănătos şi trebuie să scădeţi cantitatea de carne pe care o consumaţi – oricum, sunteţi carnivori convinşi – şi să faceţi o cură de legume şi fructe.

Zone sensibile: centrii nervoşi, splina, inima, spatele.

Deşi aveţi constituţii robuste şi o bună coordonare a funcţiilor, de multe ori vă plângeţi de suprasolicitarea nervilor, de dureri şi presiune în jurul inimii. Leii sunt remarcaţi pentru longevitatea lor.

Planeta guvernatoare a acestei zodii, Soarele, a fost mereu asociată cu inima, spatele şi coloana vertebrală. De regulă Leii sunt plini de vitalitate, dar ar trebui să înveţe ca mai târziu să încetinească ritmul de viaţă, pentru a evita riscuri inutile.

Fosfatul de magneziu este vital pentru a-şi păstra nervii motori sănătoşi şi pentru consolidarea structurii scheletului. Acest mineral menţine fluiditatea sângelui şi activează enzimele digestive. Produsele alimentare care conţin respectivul element sunt: grâul integral, produsele din secară, migdalele, nucile, seminţele de floarea-soarelui, smochinele, lămâile, merele, piersicile, nuca de cocos, orezul, fructele de mare, sfecla, sparanghelul şi gălbenuşul.



Alimentele care ajută la o bună circulaţie a sângelui sunt: carnea de vită şi de miel, ficatul, fructele proaspete, salata verde, brânza, laptele integral, iaurtul.

Pentru Lei mai sunt recomandate şi alimentele bogate în fier: spanac, stafide.

Plantele medicinale favorabile: muşeţel, valeriană, iasomie.

Stimulente digestive: muştar, cuişoare, scorţişoară, usturoi, ghimbir, piper Cayenne.

FECIOARĂ

Caracteristici: Aceşti nativi nu dispun de o rezistenţă fizică atât de bună, însă sunt foarte atenţi la semnalele transmise de propriul organism. Cei mai buni cunoscători ai medicinei sunt din zodia Fecioară. Ca pacienţi sunt ideali, respectând întocmai recomandările medicilor şi dietele.

Sfatul zodiei: *Vi se recomandă dieta franceză.*

Potrivit experţilor, dieta franceză este cea mai nimerită pentru dumneavoastră. Ca să rămâneţi zvelţi, trebuie să ţineţi cont de câteva sfaturi: mâncaţi porţii mici, nu săriţi peste mese, alegeţi calitate şi nu cantitate, nu mâncaţi pe fugă, luaţi trei mese pe zi, la aceleaşi ore, savuraţi orice înghiţitură, faceţi multă mişcare şi sport.

Zone sensibile: aparatul digestiv şi sistemul nervos.

Fecioarele dispun de un sistem digestiv sensibil şi suferă adesea de indigestii, ulcere, balonări, tulburări hepatice sau colite.

Mercur, planeta guvernatoare a acestei zodii, are în stăpânire creierul, sistemul nervos şi controlează legăturile dintre minte şi funcţiile organismului.

Sulfatul de potasiu este vital pentru nativii Fecioară, acesta reglementând grăsimile din organism, transportă oxigenul la celule şi este esenţial pentru contracţia musculară. Lipsa acestui element din organism poate determina căderea părului, eczeme, acnee, mătreaţă, piele uscată şi solzoasă. Deficienţa poate duce şi la oboseală extremă şi constipaţie.

Alimentele bogate în sulfat de potasiu sunt: legumele cu frunze verzi, cerealele integrale, uleiul din germeni de grâu, ovăzul, migdalele, brânza, portocalele, bananele, lămâile, carnea slabă de vită şi miel.

Pentru o digestie uşoară le sunt recomandate consumul de pâine din făină de porumb, iaurt, orez brun, ouă şi brânză de vaci. Pepenii, merele, perele şi papaya sunt deosebit de bune pentru Fecioare, iar sucul de lămâie ajută în diete la vindecarea erupţiilor cutanate şi la îndepărtarea mătreţii. Mierea ar trebui să o folosească în locul zahărului.

Plantele medicinale favorabile: lemn-dulce, genţiană.

Stimulente digestive: piper negru şi roşu, ghimbir.

Pagină realizată de
CASANDRA

Vă amintim că acesta este doar un scurt ghid care să vă determine să vă orientaţi asupra celor mai eficiente diete, însă nu ar fi rău să vă consultaţi şi cu medicul dumneavoastră înaintea începerii unui regim alimentar şi să stabiliţi cu acesta, mai ales dacă mai aveţi şi alte probleme de sănătate, care este varianta cea mai bună. Informaţiile nu au fost concepute ca un substitut pentru îngrijire şi au fost publicate doar în scop educaţional şi nu destinate pentru a diagnostica sau a prescrie cuiva un tratament strict.

ÎN NUMĂRUL VIITOR

- Insulele pisicilor
- Asasinat în umbra
- Trădarea unui spion de elită
- Copilul care plânge
- Giovanni Bellini, un renascentist revoluţionar
- Peştera „viselor albe”
- Plăceri culinare care inhibă plăcerile afective
- „Hrana perfectă” cea de toate zilele
- Un „cocteil” insolit contra diabetului
- „Abdomene” contra rotunjimilor nedorite

HOROSCOP

6-12 aprilie 2015

BERBEC 21.03-20.04

Vă simţiţi plini de energie pozitivă, iar speranţa şi optimismul se află la cote înalte. Să sperăm că astrele nu se joacă prea dur cu dumneavoastră. Folosiţi această energie doar în scopuri bine definite. Şi definitivarea unor proiecte amânate ar trebui să fie pe lista de priorităţi.

TAUR 21.04-21.05

Ceva legat de domiciliu vă va mulţumi încă de la începutul săptămânii. Acest lucru s-ar putea referi la unele probleme familiale care se pare că se vor rezolva mai repede decât v-aţi fi aşteptat. Oricum, trebuie să fiţi vigilenţi şi să aveţi grijă de cei dragi.

GEMENI 22.05-21.06

Energia pe care v-o conferă grupul de prieteni este pozitivă şi dinamică. Dacă sunteţi într-o competiţie cu cineva, sigur veţi ieşi învingători. La mijlocul săptămânii întâmpinaţi însă nişte piedici legate de finanţe. Fie că pierdeţi o sumă frumuşică de bani, fie doar vă leneviţi şi nu terminaţi la timp ceea ce aveaţi de făcut.

RAC 22.06-21.07

Vă afişaţi calităţile de conducători încă de luni. Acesta este şi motivul pentru care sunteţi solicitaţi să rezolvaţi anumite probleme destul de complicate. Daţi o adevărată luptă pentru putere, dar veţi ieşi învingători până la urmă. Mare atenţie la disensiunile cu un nativ Berbec.

LEU 22.07-22.08

Mici chestiuni legate de medicină, învăţământ sau lege vă cam dau de furcă. Până la urmă, ambiţioşi cum sunteţi, o să rezolvaţi problemele. Vă faceţi chiar şi planuri de vacanţă. Între timp, printre atâtea probleme, munciţi din greu şi vă concentraţi pe detalii birocratice.

FECIOARĂ 23.08-22.09

Mai ales în această lună se pare că aveţi nevoie de mai multă odihnă. Nu ezitaţi şi dormiţi atât cât simţiţi, asta bineînţeles şi dacă programul vă permite. Vă veţi apăra propriile interese, incluzând moşteniri, un teren sau un litigiu legat de asigurări. V-aţi hotărât să luptaţi până la capăt şi să descoperiţi surpriza finală.

BALANŢĂ 23.09-22.10

În această săptămână sigur se va petrece ceva neobişnuit. Este posibil ca unele parteneriate să se încheie brusc şi aţi putea chiar să vă simţiţi mult mai liberi. Nu vă faceţi însă prea multe iluzii. Trebuie să aveţi în vizor şi obligaţiile de familie.

SCORPION 23.10-21.11

Energia depusă la locul de muncă vă cam stoarce de putere, însă vă rămâne destulă ca să vă luptaţi şi cu micile incidente de acasă. Discuţiile sunt legate de unul dintre cei mai mici membri. Nu disperaţi! Cu răbdare şi cu diplomaţie îl puteţi aduce pe drumul cel bun. Totul este să vă ascultaţi!

SĂGETĂTOR 22.11-21.12

Începeţi săptămâna plini de optimism, privind viitorul apropiat. Viaţa vi se pare că a luat-o pe o cotitură pozitivă, mai ales dacă priviţi cu încredere proiectele şi vă stabiliţi priorităţile. Nimic nu se face uşor. O relaţie romantică ar putea începe brusc şi vă prinde pregătiţi.

CAPRICORN 22.12-19.01

Unii dintre dumneavoastră vor face mari schimbări în aceste zile. Fie că este vorba despre reamenajări sau renovări, schimbările vă vor da o mai mare libertate de acţiune, iar în ochii familiei veţi sări câteva trepte. Sigur, printre achiziţii se află şi un obiect hi-tech.

VĂRSĂTOR 20.01-18.02

Sunteţi siguri, energici, puternici şi acesta este motivul pentru care îi veţi convinge pe ceilalţi să vă asculte. Aţi putea avea succes dacă lucraţi în domeniul marketingului, al vânzărilor sau ca profesor. Mare atenţie la un mic incident ce vă surprinde pe la mijlocul săptămânii.

PEŞTI 19.02-20.03

Câteva schimbări bruşte şi neaşteptate vor avea un impact major în viaţa dumneavoastră. La începutul săptămânii veţi achiziţiona ceva de valoare, care însă va crea destule motive de ceartă în familie. Asta nu înseamnă că va fi ceva rău, din contră. Veţi rezolva cu tact situaţia şi spiritele se calmează.

Nativul săptămânii: JOSEPH PULITZER (10.04.1847 — 29.10.1911)

A fost un jurnalist şi editor american de origine maghiară. Ajunge în 1864 în Boston, înrolându-se ca militar în armata SUA. Vorbeşte perfect germana, franceza şi engleza. În 1883 cumpără ziarul „New York World”, care era în pragul falimentului şi sub conducerea sa devine primul ziar din ţară, cu un tiraj de 600.000 de exemplare. În anul 1895 apare tiparul colorat iar prima imagine tipărită color va fi a unui băiat cu tricou galben, „The Yellow Kid”. Lasă prin testament suma de 2 milioane de dolari pentru fondarea unei şcoli de jurnalism. Abia în anul 1912, după un an de la mortea sa, a fost înfiinţată facultatea de jurnalism „Columbia University” şi, din anul 1917, a fost decernat anual premiul Pulitzer.

TELEFONUL CITITORULUI

Pentru a afla direct de la cititorii noştri opiniile legate de conţinutul revistei, apelaţi numărul de telefon:

0213178964

Abonamente la „Magazin” direct la redacţie!

PERIOADA	VALOAREA
❑ 1 LUNĂ	6,00 LEI
❑ 2 LUNI	12,00 LEI
❑ 3 LUNI	18,00 LEI
❑ 4 LUNI	24,00 LEI
❑ 5 LUNI	30,00 LEI
❑ 6 LUNI	36,00 LEI

Abonaţi-vă la magazin

„Magazin” oferă fidelilor săi cititori avantajul de a primi revista cu promptitudine, la adresa dorită.

Cheltuielile poştale prilejuite de expedierea abonamentului sunt suportate de redacţie.

Nu aveţi decât să trimiteţi printr-un mandat poştal [pe adresa: Ionescu Simion — la Casa Editorială Magazin, Piaţa Presei Libere nr.1, sector 1, Bucureşti, cod 013701], contravaloarea abonamentului solicitat (vezi preţurile în talonul alăturat) şi puteţi beneficia de toate avantajele enunţate. În cazul în care nu specificaţi data de începere a abonamentului, acesta va fi expediat de la data încasării mandatului poştal. Pentru informaţii suplimentare vă rugăm să sunaţi la tel. 021.317.89.65 sau 0722.625.622.

Cititorii din străinătate pot contracta abonamente, achitând contravaloarea abonamentului dorit (50 euro sau 70 $, un abonament pe şase luni; 25 euro sau 35 $, un abonament pe trei luni) în conturile societăţii.

CUPON MANDAT POŞTAL Nr. .....

EXPEDITOR
Nume .....
Prenume .....
Str. ..... Nr. .....
Bloc ..... Scara ..... Etaj .....
Ap. ..... Cod .....
Localitatea .....
Judeţul/Sectorul .....
Telefon .....
Suma în cifre (LEI)
Ştampila cu data prezentării
RAMBURS C.P. NR. .....

MANDAT POŞTAL

DESTINATAR
Nume IONESCU SIMION — la
Prenume C.E. «MAGAZIN» S.R.L.
Str. Piaţa Presei Libere Nr. 1
Bloc ..... Scara ..... Etaj ..... Ap. .....
Cod 013701 Localitatea Bucureşti
Jud./Sect. 1 Tel. .....
C.N.P. .....
Expeditor .....
Localitatea .....
Suma în cifre (LEI)
Suma în litere (LEI)
RAMBURS C.P. NR. .....

Sigiliu control mandate
POŞTA ROMÂNĂ RO
Verificator, ...
INDICAŢII SPECIALE .....
Nr. mandat poştal .....
Confirmăm suma de lei .....
(în cifre şi litere)
Semnătura salariatului .....
Diriginte .....
Ştampila cu data prezentării
Sigiliu cu sigla RO

TELEFON RECLAMAŢII ABONAMENTE

0722626256622

Biblioteca Judeţeană MUREŞ

SERIE NOUĂ - 1240 ● ANUL LVIII ● 9 APRILIE 2015 ● 16 PAGINI ● 2 LEI Nr. 14 (2990)

magazin

Mail: redactia@revistamagazin.ro Adresă INTERNET: www.revistamagazin.ro

SĂPTĂMÂNAL CULTURAL - ŞTIINȚIFIC INDEPENDENT

■ *Din tăcere se naşte liniştea, iar din linişte, rugăciunea.*

Sfântul Varsanufie de la Optina

■ *Toţi vor să ajungă în Rai, dar nimeni nu vrea să moară!*

Gustave Le Bon

Redacția urează tuturor cititorilor și colaboratorilor

Paște fericit!

Simon Vouet

5 948427 000119 14

Terra X

Muntele MĂSLINILOR

Istorii uitate

TRĂDAREA unui spion de elită

Femina club

Pentru dumneavoastră, doamnă

Ştiaţi că uneori sentimentele vă pot îmbolnăvi?

Dosarele frumuseții

Secretele tenului luminos

Terapii complementare

„HRANA PERFECTĂ” cea de toate zilele

Minuni ale lumii

ÎNVIEREA DOMNULUI

La granița realului

ÎNTÂLNIRI cu umanoizi stranii

TV

■ TVR 1 ■ Pro TV ■ Antena 1
■ TVR 2 ■ Prima TV
■ Acasă ■ Pro Cinema

Biblioteca Judeteana MURES

Insulele pisicilor

Există pe planeta noastră zeci de insule locuite de oameni, însă unde populaţia majoritară o reprezintă de fapt apropiatele şi adorabilele noastre prietene „casnice" care sunt pisicile.

Nu vorbim despre comunităţi umane care venerează anumite animale (cum sunt, de pildă, maimuţele ori vacile, în India), ci despre zone în care felinele s-au refugiat la un moment dat din faţa unor ameninţări umane şi unde ulterior s-au înmulţit în condiţii de viaţă semidomestică.

De departe, Japonia deţine o supremaţie neoficială la acest capitol, situaţie explicabilă în primul rând prin faptul că – dacă în alte asemenea teritorii de pe glob, unde pisicile îi depăşesc numeric pe oameni, aceştia din urmă au realizat programe de eradicare a felinelor, la fel ca în cazul dăunătorilor (cu câini de vânătoare, capcane şi otravă!) – niponii au mare grijă de pisicuţele lor. De altfel, nu întâmplător, dincolo de aspectul turistic foarte profitabil al fenomenului, de la japonezi a pornit şi s-a răspândit şi în Occident, de curând, „moda" cafenelelor cu pisici, pe lângă care există şi temple cu pisici sau magazine pentru copii, de asemenea, „dotate" cu aceste animăluţe.

Practic, fiecare dintre locurile unde pisicile au devenit stăpâne are povestea sa fascinantă. Şi, conform unor statistici recente, există astăzi 83 de „insule ale pisicilor", aparţinând de 15 ţări. În afara Japoniei, cele mai numeroase asemenea spaţii sunt ale SUA (18), Australiei (15), Canadei ş.a. Din mai multe motive, noi rămânem însă la insulele nipone aflate sub dominaţie felină...

Pe insula ***Aoshima*** (particula „shima" înseamnă ***insulă*** în limba japoneză), pisicile au ajuns aduse de pescari, pentru a fi... puse la treabă. Nu e greu de intuit cum. Aici, şoarecii se înmulţiseră foarte mult şi printre sursele lor de hrană preferate se numărau şi plasele de pescuit, dar mai ales viermii de mătase crescuţi de localnici pentru obţinerea firelor din care îşi confecţionau năvoade.

Astăzi, sute de feline umblă încoace şi-ncolo pe străzi, prin pieţe, dar mai ales în zonele de ţărm unde pescarii trag bărcile încărcate de peşte. Alte insule unde nu împăratul stăpâneşte, ci „reginele" patrupede, zone asaltate de turişti şi chiar de fotoreporteri care vin special pentru reportaje fotografice cu pisici, sunt ***Enoshima, Sanagishima, Iwaishima, Genkaishima, Okishima*** sau ***Tashirojima***.

Pe aceasta din urmă, prezenţa masivă a pisicilor urcă până la mijlocul sec. 18, începutul sec. 19, unde au fost aduse din acelaşi motiv: distrugerea rozătoarelor care devorau viermii de mătase. Ataşamentul lor şi ajutorul real oferit pescarilor au dus şi al naşterea unui fel de mitologii în centrul căreia se află pisica, pe post de protector al mătăsii. Pentru aceasta, oamenii le-au consacrat chiar un templu în centrul insulei Tashirojima.

Din păcate, devastatorul seism din 2011 şi valul tsunami care i-a urmat au atins şi această insulă, afectând nu numai oamenii, ci şi populaţia felină din zona de coastă. Totuşi, în numele vieţii şi al frumosului, să ne gândim mai degrabă că – vorba-ceea – pisica are nouă vieţi!

Pulsul Planetei

Diluviu în deşert

Ploile în zonele locuite din deşert sunt o mană cerească. Din nefericire sunt rare şi firave, cu excepţiile de

rigoare. Regiunea ciliană Atacama, una dintre cele mai secetoase din lume, a fost „vizitată" recent de o cavalcadă de nori din care s-au revărsat averse. O binecuvântare, veţi spune, dar lucrurile nu stau aşa. Ploile persistente au creat o adevărată catastrofă mai ales în localitatea Chanaral unde locuitorii au fost evacuaţi. Ploile din regiune s-au soldat cu 6 morţi, peste 20 de dispăruţi şi cu mii de sinistraţi.

În Chanaral şi în alte localităţi străzile au fost invadate de torente care au distrus case, au doborât copaci. O situaţie comparată de unii locuitori cu un tsunami. Autorităţile au intervenit cu toate mijloacele necesare pentru a transporta locuitorii în zone mai înalte. Au intervenit şi elicoptere, în special pentru a-i salva pe cei care s-au refugiat pe acoperişurile caselor. Meteorologii cilieni consideră că acest fenomen neobişnuit, dificil de prevăzut, reprezintă o consecinţă a efectelor încălzirii climatice.

Atacuri devastatoare

Bacteria Xylella fastidiosa care infectează în SUA arborii fructiferi (în special măslinii) şi viţa-de-vie, reducând producţia în numeroase zone la jumătate, şi-a făcut apariţia şi în Europa, Italia fiind cea mai afectată. În sudul ţării, măslinii, viţa-de-vie, dar şi stejarii şi culturile de lucernă de pe o suprafaţă de 23.000 de

hectare sunt victime ale bacteriei. Aceasta se infiltrează şi se dezvoltă în ţesuturile prin care circulă seva.

Măsurile luate pentru a distruge necruţătorul dăunător atât în SUA cât şi în Italia au avut o eficacitate foarte redusă.

DORIN MĂRAN

Alte neologisme...

Să vorbim corect!

Am scris de multe ori despre invazia de cuvinte străine care apar şi când trebuie şi mai ales când nu avem nicio nevoie de ele. Ce e trist e că le auzim chiar pe unele posturi culturale unde vorbirea ar trebui să fie mai îngrijită şi să nu se transforme într-o paradă de snobisme.

Zilele trecute era foarte lăudat „performance-ul" unui anume teatru. Aici cuvântul englezesc era preluat cu sensul de spectacol. Mai mult, era articulat ca un substantiv românesc. Ne întrebăm cât de utilă era folosirea acestui cuvânt în locul atât de cunoscutului „spectacol". Nici măcar nu e mai scurt ca să spunem că acţionează legea minimului efort!

Nu e altceva decât dorinţa unui comentator de „a se da mare", de a demonstra că e altfel decât toată lumea şi nu o putea face decât stâlcind limba noastră. *(I.S.)*

Starea de veghe

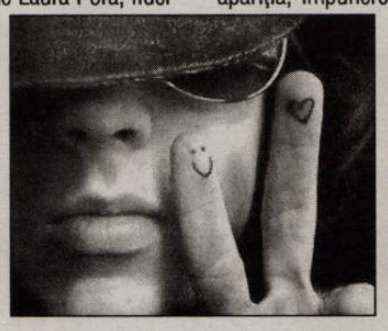
Unele „-isme" care distrug omenirea

Există la noi un fel de anecdotă care spune că unii indivizi, atunci când nu mai au nicio treabă, îşi dezbracă haina şi o păzesc ca nu cumva să le-o fure vreun hoţ închipuit.

Din nefericire, sunt tot mai mulţi cei ce se bagă astfel în seamă, inventând probleme pe care tot ei „ştiu" cel mai bine să le rezolve. Şi atunci vin şi cer cu orice preţ să îşi impună viziunile patologice, dar şi — obligatoriu — modul de contracarare a acestora. Culmea e că trăim într-o lume în care şarlatania prinde la foarte mulţi, reacţiile de adeziune la teoriile maladive fiind absolut halucinante.

Într-un articol publicat recent în acest colţ de pagină abordam fugitiv un fenomen extrem de periculos manifestat la scară planetară şi care deja zdruncină puternic din temelii societatea umană sănătoasă. Este acea pervertire a ideii de sexualitate către cele mai aberante şi mai monstruoase forme de manifestare, pentru care militează cohorte de activişti ce invocă perfid noţiuni altfel generoase precum libertatea, egalitatea (poate şi fraternitatea, ca să ne amintim o binecunoscută triadă a unui slogan paşoptist elaborate din zonele organizaţiilor oculte!), însă în paralel cu mesaje violente ce trimit cumva la acţiunile devastatoare ale talibanilor.

În această idee, menţionăm aici doar o astfel de idee extrem de agresivă, susţinută recent de o anume Laura Pora, lider feminist foarte vocal: „cuplul este o instituţie care trebuie distrusă, dintr-o perspectivă feministă". Personajul respectiv îşi afirmă cu infatuare preferinţele pederaste şi plăcerea de a privi bărbaţi gay în ipostaze intime, aliniindu-se fără echivoc alături de alţi dezaxaţi ce-şi fac de cap în public cu binecuvântarea oligarhilor ajunşi să conducă lumea.



Creatura respectivă (e dificil şi chiar riscant să spui că e vorba despre o femeie sau un bărbat, din numeroase motive) se revendică aşadar din mişcarea feministă care, deşi la origine avea obiective remarcabile privitoare la aducerea femeii pe plan de egalitate socială cu bărbaţii, a fost convertită pe nesimţite în acţiuni tot mai agresive, intolerante, până la extremism. Păstrând proporţiile, e ceva similar cu apariţia, impunerea şi evoluţia în lumea modernă şi contemporană a altor „-isme", indiferent de domeniul de manifestare: politic (comunism), religios (islamism), ideologic (naţionalism) etc.

Există însă şi strategii paralele mai degrabă oculte ce îşi propun demonizarea mai întâi ocazională, apoi tot mai frecventă, până la ostracizarea plenară a unor asemenea noţiuni fundamental pozitive şi sănătoase. Să menţionăm doar ideea de naţionalism: iubire pentru ţara şi poporul din care faci parte, pentru valorile lui pozitive străvechi şi perene, pentru istoria, integritatea şi dreptul său la afirmare în lume şi aşa mai departe.

Astăzi, patriotismul e considerat mai curând ceva de luat în râs, iar naţionalismul, demonetizat şi din zona politicului, pare chiar un real pericol, opus democraţiei. Ceea ce nu e nici pe departe adevărat. Căci altfel, ar trebui poate să ardem în piaţa publică tot ce ne leagă de părinţi, bunici, strămoşi, ca să putem devora, în liniştea instinctelor văduvite de raţiune, resturile de la ospeţele eminenţelor cenuşii ale unei noi ordini sclavagiste.

Pagină realizată de
ADRIAN-NICOLAE POPESCU

Săptămânalul „Magazin" este editat de

CASA EDITORIALĂ „MAGAZIN" S.R.L.

magazin

Înmatriculată la Oficiul Registrului Comerţului Bucureşti sub nr. J/40/2623/1991 din 8 mai 1991. Adresa: Bucureşti sector 1, Piaţa Presei Libere nr.1, cod. 013701.

CONSILIUL DE ADMINISTRAŢIE:
ECATERINA BĂTRÂNEANU – Preşedintă
GEORGE CUŞNARENCU – Administrator
NICUŞOR DINCĂ – Administrator

ISSN 0258-1523

REDACŢIA: Telefon: 021.317.89.64
Paul Ioan, Dorin Măran, Irina Stoica, Ionel Cojocaru, Adrian-Nicolae Popescu

ECHIPA DE SERVICIU:
Responsabil de număr: Irina Stoica
Secretar de redacţie: Gabriela Niţu

PUBLICITATE: Tel./Fax: 0722.625.622
DIFUZARE: Tel./Fax: 021.317.89.65
Nicuşor Dincă (director) - 0722.625.622, Simion Ionescu

FINANCIAR-CONTABIL:
Cont: RO74 BACX 0000 0030 0016 0000 (LEI) Unicredit Ţiriac Bank S.A. - Sucursala Panduri
Cont: RO24 RNCB 0072 0496 8985 0001 B.C.R. – Sector 1, Bucureşti

COLEGIUL DE REDACŢIE:
ECATERINA BĂTRÂNEANU
Preşedintă a Consiliului de Administraţie
Tel./Fax: 021.317.89.66

GEORGE CUŞNARENCU
Redactor şef

ADRIAN HOAJĂ, PAUL IOAN, MELANIA CONSTANTINIU

Cititorii din străinătate se pot abona prin Casa Editorială „Magazin" S.R.L. Piaţa Presei Libere nr.1, sector 1, Bucureşti, România Fax: 021.317.89.66

Redactorii semnatari ai articolelor publicate în revistă sunt direct răspunzători, material şi din punct de vedere juridic, pentru exactitatea şi corectitudinea celor relatate. Revista îşi declină orice responsabilitate.

TEHNOREDACTARE COMPUTERIZATĂ:

„MAGAZIN"
Gabriela Niţu, Rodica Niţu

Tiparul: **INTACT S.A.**

Păr cultivat în laborator

O nouă tehnică perfectată de specialiști americani de la Universitatea Stanford – Burnham a permis cultivarea în laborator a celulelor suşe prelevate din embrioni umani, dintr-o clinică de tratare a infertilității, care s-au diferențiat în celule ale papilei dermice (o mică protuberanță aflată în dermă care hrănește foliculii piloși, „uzinele" celulare care produc firele de păr).

Mai întâi s-au asigurat că celulele papilei dermice pot induce formarea firelor de păr. În acest sens le-au transplantat în epiderma unor şoareci modificați genetic pentru a suporta grefa. Rezultatele au fost cele scontate: foliculii piloşi s-au format şi după 14 zile au apărut firele de păr.

În următoarea etapă cercetătorii vor transplanta aceste celule de papile dermice derivate din celule suşe în cazul unor subiecți umani. O nouă şi mare speranță pentru bărbații complexați de calviție.

O artistă a CAMUFLĂRII

Călugărița-orhidee, o specie de insectă tropicală, nu se ascunde printre flori şi diverse vegetale doar pentru a se feri de prădători-păsări, şopârle –, ci mai ales pentru a-şi mări şansele de a înhăța insectele (fluturi, muşte, gândaci, greieri şi păianjeni) pe care le devorează. Recurge la arta camuflajului pe care o stăpânește impecabil „preschimbându-se" în flori, în special în orhidee (excrescențele aflate în partea posterioară seamănă cu petalele de orhidee).

Se așază printre vegetale sau pe ramurile tufişurilor şi ale copacilor, așteptându-şi prada. Pentru a-şi desăvârşi travestiul, uneori se leagănă uşor, imitând unduirea petalelor la o mică adiere.

Gâtul este foarte flexibil. Este singura insectă care poate privi peste umăr. Este înzestrată cu un auz şi o vedere excepțională. În plus, are capacitatea de a detecta ultrasunetele cu ajutorul unor organe auditive aflate în torace şi în abdomen.

Este dotată cu două perechi de aripi, cele posterioare deschizându-se ca un evantai şi trei perechi de picioare, cele anterioare fiind prevăzute cu spini care o ajută să-şi imobilizeze prada (şi cu amintitele „petale"). Prin flexarea picioarelor anterioare poate face o „plecăciune". Şi această postură de „smerenie" o ajută să-şi păcălească unele prăzi.

Câțiva cercetători de la Universitatea Macquarie din Australia au monitorizat, după îndelungi căutări în natura din câteva insule tropicale, exemplare rare din special H. Coronatus. Le-au surprins în timp ce afişau culori atrăgătoare, deghizându-se în flori şi vânând insecte. Acestea se repezeau spre cele două picioare cu „petale" multicolore şi spini care le capturau instantaneu.

Călugărița-orhidee este foarte apreciată de colecționarii de insecte care cresc exemplare în vivarii speciale în care este reconstituit mediul lor natural.

Există 1800 de specii de călugărițe, care trăiesc mai ales în zone tropicale, dar şi pe alte continente, inclusiv Europa. Travestiurile lor sunt variate, diferind ca formă, culoare şi textură.

Preferă zonele de câmpie, din apropierea lacurilor, pădurilor bogate în vegetație unde se află hrană din belşug.

HIV în defensivă

În urma colaborării dintre specialiştii din cadrul unor universități americane, a fost produs un vaccin care oferă protecție împotriva infestării cu HIV (substanța injectată nu permite integrarea virusului în genom).

Primele teste efectuate în cazul unor maimuțe au avut

o eficacitate de 100%, dar pe termen limitat (30 de zile), urmând ca vaccinurile să fie făcute periodic. Testele au fost reluate şi în cazul unor subiecți umani. Cercetătorii speră să producă un vaccin îmbunătățit care să asigure, în urma unei injecții, o protecție sigură timp de până la 6 luni.

Inteligența artificială în bucătărie

O echipă de cercetători americani şi australieni a realizat un robot bucătar înzestrat cu o abilitate remarcabilă: ştie să identifice legumele, să le curețe, să le taie în felii groase sau subțiri, să le fiarbă, să tranşeze carnea (fără os) şi să prepare mâncăruri relativ simple.

Îşi însuşeşte rețetele urmărind imagini video, o particularitate unică în breasla roboților bucătari, înregistrând imaginile în 3 dimensiuni şi reproducând gesturile bucătarilor.

Un soft îi permite să identifice şi să claseze materia primă — ingredientele —, un altul, să le manipuleze prin numeroase mişcări, procentul de eroare fiind nesemnificativ.

Doar în Japonia există zeci de companii care produc roboți de bucătărie. Unul dintre aceştia este Motoman, care ştie să prepare clătite. Construit de inginerii firmei japoneze Yaskaea Electric, are flexibilitate în mişcări, brațe, căptuşite cu senzori, şi funcționează independent. Motoman mai poate fi folosit şi la alte îndeletniciri, cum ar fi, de pildă, împachetatul unor obiecte de până la 20 de kg.

Automobil zburător

În câteva dintre secvențele captivante din seria de filme de lungmetraj *Fantomas,* cu Jean Marais şi Luis de Funès, automobilul personajului negativ

Klein şi Juraj Vaculik

îşi deschide aripile, decolează de pe carosabil şi zboară asemenea unui avion. Automobilul zburător a făcut carieră în numeroase filme, cel mai cunoscut fiind condus de James Bond. De-a lungul deceniilor cercetătorii au încercat zadarnic să producă o asfel de maşină hibrid.

Inginerii societății slovace Aeromobil sunt pe cale de a transforma SF-ul în realitate. Proiectul Juraj Vaculik, vizează comercializarea în 2017-2018 a unor vehicule zburătoare realizate după 10 de ani de cercetare (dacă vor dărâma barierele birocrației aeriene). Prototipul, fără pilot, a fost realizat şi testat.

Specialiştii s-au confruntat cu o serie de probleme tehnice care sunt pe cale de a fi rezolvate.

Dincolo de obținerea autorizației de a fi înscrise în circulație vehiculele, se profilează probleme legate de infrastructuri. Ar fi nevoie de şosele rezervate traficului aeromobilelor, de piste de decolare şi aterizare, de stații-service, de reglementări privind deplasarea pe şosele şi în aer.

Şi, inevitabil de permis de pilot. Cât priveşte prețul, acesta nu este deloc descurajant pentru cei care-şi permit să cumpere un Picasso sau să piardă cu nonşalanță la Cazino sume uriaşe: doar câteva sute de mii de dolari.

Cel mai rezistent biomaterial din lumea animalelor

O specie de melc de mare, supranumită „pălărie chinezească" datorită aspectului cochiliei, se află în „competiție" cu păianjenii în cursa producerii celor mai rezistente biomateriale de pe planetă. Molusca trăieşte pe roci, pe care le roade cu minusculii dinți cu o lungime de 1 milimetru, hrănindu-se cu alge.

O echipă de cercetători englezi care a studiat proprietățile dinților melcului a ajuns la concluzia că materialul din care sunt formați este cel mai rezistent la ruptură – care se exprimă în pascali şi megapascali (MPa) – dintre toate biomaterialele produse de animale sau care fac parte din anatomia lor şi mai dur decât diamantul.

Dacă mătasea de păianjen ajunge la 1000 MPa, cea mai rezistentă produsă de o specie exotică (Limpet) depăşind 4500 MPa, dinții moluştei au o rezistență care oscilează între 3000 şi 6500 MPa. Kevlarul, spre comparație, are o rezistență de aproximativ 3000 MPa.

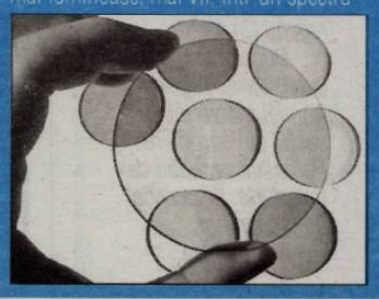
În urma analizei unei mostre a fost identificată o moleculă denumită goethită, cu o structură indestructibilă. Această descoperire ar putea revoluționa ingineria modernă, permițând cercetătorilor să se inspire din

structura particulară a acestor super dinți pentru a realiza noi materiale compozite ultrarezistente utilizabile în fabricarea unor piese, în construcția avioanelor, navelor maritime, automobilelor, a implanturilor dentare etc.

Inovație din... hazard

Daltonismul, după cum bine se ştie, este un defect ocular care nu permite distingerea culorilor, în special roşu de verde. 300 de milioane de persoane din lume sunt afectate de această afecțiune. Marea problemă o constituie faptul că nu pot avea acces la o seamă de profesiuni cum ar fi cele de electrician, polițist, pilot, conducător de mijloace de transport în comun şi multe, multe altele.

O echipă de cercetători din cadrul companiilor americane Valspar care produce în special pigmenți, şi EcChroma a realizat cele mai eficace lentile pentru daltoniști care permit utilizatorului să vadă culorile „interzise", mai luminoase, mai vii, într-un spectru



larg de nuanțe. Lentilele separă foarte precis diferitele lungimi de undă corespunzătoare fiecărei culori amplificând informațiile cromatice receptate.

Invenția s-a datorat hazardului. În timp ce lucra la un prototip de lentile pentru protecție în chirurgia cu laser, un cercetător a observat faptul că percepția asupra culorilor se modifică. A studiat bizarul fenomen ajungând în final să adapteze lentilele pentru daltoniști beneficiind de colaborarea cercetătorilor.

Pagină realizată de
DORIN MĂRAN

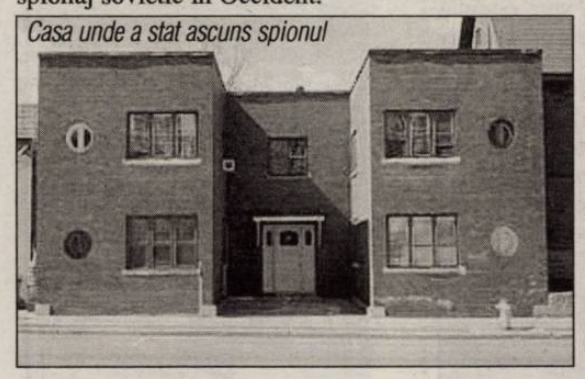
TRĂDAREA
unui spion de elită

După ce SUA au lansat cele două bombe nucleare asupra Japoniei, determinând capitularea acestui aliat al lui Hitler, spionajul din domeniul cercetărilor asupra armelor atomice s-a înteţit. Capul de afiş al acestei lupte pentru aflarea secretelor celei mai cumplite arme era însuşi Stalin, aliat al Occidentalilor contra Germaniei naziste. Astfel, în SUA şi Canada se formaseră deja cercuri de agenţi care activau intens după terminarea celui de-al Doilea Război Mondial.

Guzenko mascat, figură necunoscută

Punctul de cotitură

Există mai multe variante care ar putea contura momentul când a început „Războiul Rece" şi una dintre acestea este denumită „Cazul Guzenko". Igor Sergheievici Guzenko (1919-1982) a fost angajat „spărgător de coduri" la ambasada URSS din Ottawa, Ontario, Canada. De origine ucraineană, Guzenko se născuse într-un oraş la 100 de kilometri de Moscova. La debutul războiului s-a înrolat, apoi a trecut în funcţia de decodificator pentru „GRU" – Serviciul de informaţii externe al armatei URSS. Din acea poziţie, el s-a familiarizat cu activităţile de spionaj sovietic în Occident.


Casa unde a stat ascuns spionul

În anul 1945, Igor Guzenko a fost pus într-o situaţie delicată. Familia sa, după finalizarea războiului, urma să fie întoarsă din Canada în URSS. Însă el ştia care sunt condiţiile de trai la Moscova, inclusiv ale spionilor „lăsaţi la vatră", aşa că s-a decis să treacă de partea „inamicului". El a plecat în secret de la ambasada URSS din Ottawa cu mai multe dosare despre codificările încă în vigoare. Numai că, iniţial, Guzenko nu a prezentat încredere şi Poliţia Regală Canadiană nu l-a luat în seamă. Disperat că agenţii sovietici l-ar putea depista, Guzenko a insistat şi în cele din urmă şefii poliţiei i-au dat atenţie. După ce s-a aflat ce secrete poate dezvălui, spionul rus a fost transportat la o locaţie secretă, departe de Ottawa. Canada era parte componentă a Commenwlth-ului britanic, aşa că şi MI6 (Serviciul de informaţii externe) a intrat pe fir. Pe de altă parte, cu războiul abia terminat, canadienii şi britanicii nu voiau să afecteze relaţiile cu URSS.

„Cazul Guzenko" a luat amploare atunci când acest agent sovietic trădător a relatat cum Stalin, avid de informaţii despre arma nucleară, începuse să planteze „agenţi adormiţi" (spioni sub acoperire, inactivi o vreme şi activaţi la ordin) pentru spionajul nuclear. Informaţii oferite canadienilor de Guzenko au condus la arestarea mai multor agenţi, printre care şi Agatha Chapman.

Printre cei 39 de arestaţi, conform spuselor lui Guzenko, se aflau şi membri proeminenţi ai Partidului Comunist din Canada şi oameni de ştiinţă. Cercetările extinse au dus către ingineri şi ofiţeri care lucrau pentru URSS în posturi importante din Ministerul de externe şi Consiliul Naţional al Cercetării din Canada. Cu toate că a primit altă identitate şi a trăit cu familia ascuns într-o suburbie (probabil lângă Toronto), Guzenko nu s-a sfiit să publice cărţi cu „amintiri din spionaj" şi despre Stalin. Culmea este că el chiar a apărut la televiziune pentru a-şi promova cărţile – după moartea lui Stalin.

Urmări previzibile

Mulţi istorici văd „Cazul Guzenko" drept începutul Războiului Rece, confruntările ideologice şi presiunile militare fiind în floare după cel de-al Doilea Război Mondial. La rândul său, Serviciul de informaţii canadian s-a dezvoltat foarte mult după acest caz, la fel ca şi serviciile de contraspionaj ale Occidentului. Devenise clar că se declanşase o cursă tăcută a înarmărilor, inclusiv nucleare.

Fotodocument

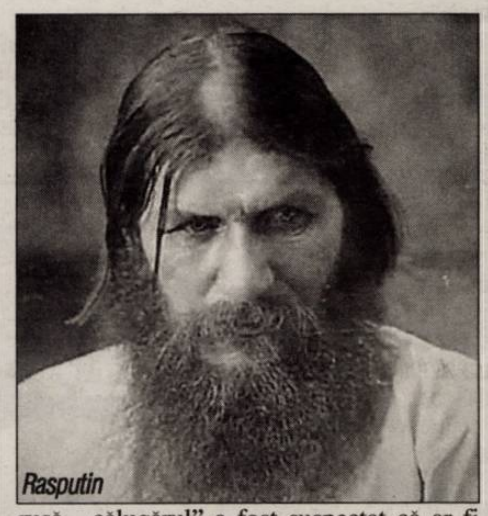
„Dezbaterea din bucătărie"

Acesta a fost titlul unui schimb de replici dintre vice-preşedintele SUA Richard Nixon şi premierul sovietic Nikita Hruşciov. Dezbaterea s-a desfăşurat la 24 iulie 1959, în cadrul unei expoziţii americane la Moscova. Tema era nivelul de trai din comunism şi capitalism.

Expresia se datorează faptului că cei doi s-au oprit mai mult în bucătăria expoziţiei, lăudându-se fiecare cu produsele alimentare şi cu aparatele de gătit disponibile gospodinelor din fiecare ţară... Nixon a pierdut apoi alegerile în favoarea lui J.K. Kennedy.

Asasinat în umbră

În 1967, ziarele pariziene anunţau – ca pe un fapt divers – „Moartea asasinului lui Gregori Rasputin". Era vorba de prinţul Felix Yusupov. Un ziarist dorise să obţină un interviu de la acel personaj controversat de la Curtea ţarului Nicolae al II-lea şi aşa a aflat că ultimul martor al morţii lui Rasputin şi-a dat sufletul. Însă o analiză a desfăşurării ultimei zile de viaţă a celui supranumit „ţarul ţarilor" lasă o umbră de îndoială asupra adevăratului ucigaş.


Rasputin

Vindecător sau şarlatan?

Un ţăran din Siberia pe nume Gregori Novik se consacră de timpuriu meditaţiei şi credinţei. Cel puţin aşa lăsa să se înţeleagă în comunitatea în care trăia. Cu această reputaţie, Gregori este acceptat în 1904 la Academia teologică din Sankt Petersburg, unde prelaţii îi acordă toată încrederea. Datorită capacităţilor lui de „vindecător nonconformist", călugărul siberian ajunge la Curtea ţarului. Deja i se spunea „starеţul" şi familia imperială îşi punea mari speranţe în el. Ţareviciul Alexis (moştenitorul tronului) suferea de hemofilie şi, practic, era condamnat la suferinţe cumplite şi moarte precoce.

Ţarina Alexandra îl primeşte ca pe un sfânt la căpătâiul fiului ei şi, după primele vizite ale lui Rasputin, ţareviciul se simte mai bine. Aşa a început o carieră şi o viaţă uluitoare pentru necunoscutul „adoptat" de suveranul Rusiei de atunci.

Specialiştii nu pot face nici acum o legătură directă între contactele lui Rasputin cu micul Alexis şi îmbunătăţirea stării de sănătate a acestuia. Cert este faptul că ţarina începuse să aibă un fel de adoraţie pentru cel care i-a salvat copilul de la moarte sigură. Şi, treptat, „starеţul" şi-a dat arama pe faţă. Un trai plin de vicii, din care nu lipseau femeile şi râurile de votcă, se desfăşura deja la vedere în anul 1916. Anturajul ţarului nu-l mai suporta, nici pe privilegiatul Rasputin şi nici influenţa din ce în ce mai mare a lui în treburile statului. Şi cum lucrurile mergeau prost pentru armata rusă, „călugărul" a fost suspectat că ar fi spion german...

Prinţul Yusupov

Complotul

Aşa s-a ajuns la organizarea unui complot împotriva sa, al cărui erou principal a fost prinţul Yusupov. Capcana a reprezentat-o invitaţia la reşedinţa de la Moika a prinţului. În timpul cinei din seara de 29 decembrie 1916, lui Rasputin i s-au servit băuturi şi prăjituri otrăvite cu cianură. Dar orele trec şi „starеţul" nu dă semne de „oboseală". Yusupov trage asupra lui. Victima se prăbuşeşte, în sfârşit, şi este dusă în pivniţă. După câtva timp, complotiştii vor să-l examineze şi Rasputin „învie" şi vrea să-l sugrume pe prinţ. Acesta scapă din strânsoare, iar rănitul fuge. Atunci nepotul ţarului, Dimitri Pavlovici, trage patru gloanţe în el. Convinşi că de data asta Rasputin a murit, vor să-l facă pierdut şi-i aruncă trupul în Neva...

Dar, după cum se va constata mai târziu, favoritul ţarinei Alexandra a decedat înecat. Nici otrava şi nici gloanţele nu-i fuseseră fatale. Probabil că dacă ar fi reuşit să înoate, ar fi supravieţuit, dar apele fluviului erau atât de reci, încât i-au paralizat orice mişcare. Şi atunci, cine este cu adevărat asasinul lui Rasputin? Mai în glumă, mai în serios, am putea spune că răspunsul este: fluviul Neva!

Detaliile de mai sus au fost relatate de însuşi Yusupov, într-o declaraţie făcută publică în epocă. Atribuirea crimei unei singure persoane este incorectă.

Astăzi în istorie

9 aprilie 1413

Încoronarea lui Henric al V-lea al Angliei

Aparţinând Casei dinastice Lancaster, Henric al V-lea al Angliei a fost încoronat la 9 aprilie 1413, pe când avea douăzeci şi şapte de ani. Era doar al doilea monarh al Lancasterilor şi a mai fost numit Henry de Monmouth, după castelul în care s-a născut. A fost fiul lui Henric al IV-lea.

Când a venit pe lume, rege era controversatul Richard al II-lea, care l-a exilat pe tatăl lui Henric şi a luat copilul în custodie. Numai că în 1399 Richard este alungat de pe tron şi Henric al IV-lea devine rege. Fiul său primeşte titlul de Prinţ de Wales şi Duce de Lancaster... Henric urmează Colegiul regal Oxford şi apoi urmează o carieră militară. Se remarcă prin calităţile de strateg şi comandant şi ajunge repede să fie la cârma unei importante părţi a armatei englezilor. Într-o bătălie cu o armată de rebeli galezi, el este rănit grav dar medicul regal reuşeşte să evite infecţia doar cu... miere. Rămâne însă cu o cicatrice permanentă pe faţă.

Momentul dramatic prin care a trecut l-a făcut şi mai decis să se dedice conducerii armatei. De fapt, având în vedere starea precară de sănătate a tatălui său, Henric a preluat şefia armatei Angliei de timpuriu... Succede tatălui său la tron, după moartea acestuia în 1413. În pofida tinereţii sale, regele a dus o politică pacifistă şi a trecut cu vederea conflictele de la Curtea regală în care fusese angajată familia sa. Pe plan extern, Henric era preocupat de situaţia politică din Franţa, unde regele Carol al VI-lea (suspect de o boală mentală) nu era capabil să conducă şi să stabilizeze ţara. În aceste condiţii, Anglia se vedea îndreptăţită să spere la ocuparea tronului în Franţa. Prin urmare, începe o campanie a englezilor împotriva francezilor. După mai multe victorii, Henric al V-lea este numit succesor la tronul francez şi în consecinţă se căsătoreşte cu Catherine de Valois, fiica regelui (în 1420).

După abia doi ani de la căsătorie, regele Angliei moare într-un castel din apropierea Parisului, probabil de dizenterie. Îl succede fiul său minor, Henric al VI-lea.

Pagină realizată de **PAUL IOAN**

Fenomene aerospaţiale neidentificate

Întâlniri cu umanoizi stranii

În ianuarie 2015, Dave Hodrien, preşedintele Grupului OZN din Birmingham, a făcut publică o interesantă întâlnire cu un umanoid de tip reptilian.

Ufologul a fost contactat, la sfârşitul anului 2014, de un soldat britanic, numit Tony, staţionat în Germania. Acesta a avut în 2011 o experienţă stranie, ale cărei detalii au fost precizate treptat, prin numeroase e-mailuri care au urmat şi care au permis conturarea unui raport, din care reproducem mai jos esenţialul.

Tony a intrat în armată, în 2008, când avea 20 de ani, făcând parte din batalionul de sprijin apropiat REME *(Royal Electrical and Mechanical Engineers)* numărul 3, staţionat în prezent în Barker Barracks, Paderborn, Germania. În ianuarie 2011 el era cazat la etajul 2 al Blocului 2, într-o cameră în care mai dormeau şi alţi doi soldaţi. Într-o sâmbătă dimineaţă, Tony s-a trezit singur în cameră. Unul dintre camarazii săi plecase la un bar unde a stat toată noaptea şi nu a mai revenit, iar celălalt şi-a petrecut noaptea la prietena lui. Trebuia să fi fost în jur de ora nouă dimineaţa, dar eroul nostru nu şi-a verificat ceasul. Dormea cu faţa spre fereastră, iar când s-a trezit soarele îi bătea în ochi, aşa că în clipa următoare s-a sculat.

Nu s-a dezmeticit bine că şi-a dat seama că, la aproximativ 1,5 metri de marginea patului său, stătea, în picioare, un umanoid înalt cam de 1,80 metri, puţin cocoşat. Pielea de pe braţele şi picioarele sale era acoperită de solzi verzi, deşi în zona pieptului pielea era fină. Nasul şi gura erau proeminente, ca de şopârlă, iar ochii aveau fante verticale drept pupile. O astfel de apariţie poartă, pentru ufologi, numele de „reptilian", dar în 2011 Tony nu avea cunoştinţă de acest lucru. Fiinţa era „uşor transparentă" şi părea că nu poartă altă îmbrăcăminte în afara unei centuri în jurul taliei. Pe această centură erau aproximativ douăsprezece obiecte argintii de formă cilindrică. Fiecare era lat de 2,5 cm şi lung de 5 cm.

Un „reptilian" înfricoşător

În faţa apariţiei, Tony a încremenit, neştiind ce să facă. Era atât de şocat de prezenţa acestui vizitator, încât nici măcar nu a strigat după ajutor, încercând doar să înţeleagă ce anume se întâmplă. Reptilianul era, de asemenea, nemişcat, deşi Tony a observat că respira. Părea că şi el fusese surprins că militarul s-a trezit. S-au uitat unul la celălalt timp de aproximativ un minut. Apoi, Tony a simţit că i se face somn şi s-a lăsat din nou pe pat să doarmă. Era ca şi cum fiinţa i-ar fi implantat în minte gândul de a se culca.

După scurt timp (poate 10-15 minute), s-a trezit din nou. Fiinţa nu mai era acolo. Tony a mai stat în pat vreo 10 minute, încercând să înţeleagă ce s-a petrecut. În cele din urmă, şi-a luat curajul să se ridice. A apucat în mână un mic obiect contondent (nu-şi mai amintea exact ce era), pentru a-l folosi ca armă. Apoi a început să caute peste tot în jurul camerei, aşteptându-se oarecum ca fiinţa să fie încă prezentă.

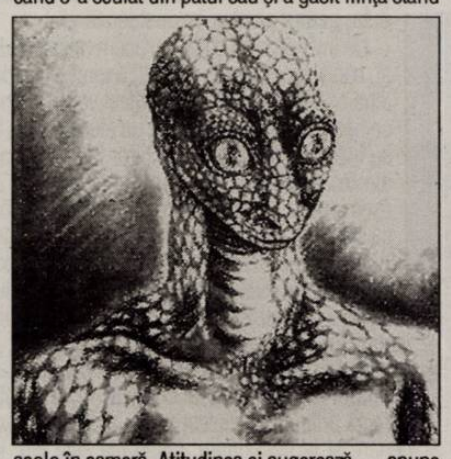
După ce s-a convins că vizitatorul a plecat definitiv, Tony s-a dus la laptop. Avea în minte cuvântul „reptoizi", fără să înţeleagă de ce. A căutat cuvântul pe internet şi în felul acesta a descoperit nişte poze cu reptilieni. Văzând similitudinea dintre desene şi apariţia la care a fost martor, a închis îngrozit laptopul. Faptul că şi alţii au raportat acelaşi tip de fiinţă pe care îl văzuse şi el, era şocant şi înfricoşător. Nu mult timp după aceea a plecat din cameră şi a trecut la rutina normală de dimineaţă.

În următorii doi ani, Tony nu a menţionat incidentul nimănui, presimţind că nimeni nu-l va crede. S-a întâmplat însă că, în 2013, vorbind la telefon cu tatăl său, acesta i-a spus că tocmai citeşte o carte scrisă de David Icke, numită „Secretul Suprem". În cartea aceea, David prezenta teoriile sale cu privire la reptilieni. Când tatăl său a menţionat acest detaliu, Tony a decis să-i spună acestuia ce anume i s-a întâmplat.

În mai 2014, Tony a decis să-şi informeze şi superiorii săi despre incident. El a vorbit cu doi locotenenţi şi cu sergentul său. Un locotenent i-a spus că a fost un vis. Celălalt a sugerat că ar trebui să vorbească cu un medic. Sergentul său părea să creadă povestea lui, dar nu-i putea oferi niciun sfat.

Dave Hodrien consideră că acest caz de vizitare reptiliană este foarte impresionant. El spune că modul în care a avut loc întâlnirea, în timpul zilei, într-o bază militară, scoate în evidenţă că experienţe de contact pot apărea oriunde, în orice moment.

Faptul că Tony nu a avut niciun interes faţă de OZN-uri sau de contactele cu extratereştrii înainte de experienţa sa, precum şi durata de timp în care a observat fiinţa, fac puţin probabil ca totul să fi fost doar un vis lucid. El s-a simţit treaz când s-a sculat din patul său şi a găsit fiinţa stând



acolo în cameră. Atitudinea ei sugerează — spune Hodrien — că Tony l-a surprins şi aceasta nu se aştepta ca el să se trezească în acel moment. Apoi a părut să-l forţeze telepatic pe Tony să adoarmă la loc, un fapt care a fost raportat de mai multe ori de contactaţi. Un aspect interesant al experienţei este faptul că Tony putea vedea uşor prin fiinţa apărută. Acest lucru ar putea sugera că vizitatorul nu era fizic în totalitate, poate venea prin sau dintr-o altă dimensiune, ori poate era pe cale să se reîntoarcă acolo. Tony a avut impresia clară că acest efect a fost cauzat de centura din jurul fiinţei. Există posibilitatea — crede ufologul din Birmingham — ca Tony să fi fost răpit şi fiinţa să fi fost pe cale să-l aducă înapoi în dormitorul său. Oricum, el nu are nicio amintire în acest sens.

* * *

Relatările privind întâlniri cu umanoizi stranii sunt mai frecvente decât ne imaginăm. Ufologul american Albert Rosales a alcătuit o colecţie de peste 10000 de istorii de acest fel. Citâm, la întâmplare, din colecţia sa, două cazuri.

Aşa cum anunţa organizaţia naţională ufologică *Vision Ovni,* în localitatea Victoria, provincia Entre Rios, din Argentina, în seara zilei de 15 ianuarie 2011, mai mulţi băieţi care se jucau pe terenul Doma El Mangrullo, au văzut un umanoid scund, despre care au spus că arăta „ca un băieţel, dar cu o faţă de om bătrân". Ei au observat strania apariţie stând în picioare, în spatele unui gard de sârmă ghimpată, lângă un camion mare cu remorcă. Fiinţa avea picioare foarte scurte. Din acest motiv, cât a stat cu spatele, martorii l-au confundat cu un copil în vârstă de un an, dar când s-a întors, au observat înfăţişarea lui ciudată. Surprins că a fost văzut, omuleţul s-a ascuns în spatele unui copac, apoi a deschis o poartă de fier şi a fugit pe un câmp din apropiere.

O petrecere de nepământeni

La Teresopolis, statul Rio de Janeiro, Brazilia, în seara zilei de 12 ianuarie 2011, îndată ce a dispărut lumina zilei, martorul întâmplării a auzit mai multe zgomote, venind din diferite direcţii, din jurul casei sale. A fost foarte speriat, deoarece zona fusese lovită recent de precipitaţii severe şi s-a gândit că un grup de jefuitori pregătea un atac, ştiind că el era singur. Întregul cartier era fără energie electrică. A strigat că nu există în casă nimic valoros pentru a fi luat. Mai târziu, întrucât zgomotul continua, şi-a spus că erau militari care, ştiind că va fi jefuit, îi aşteptau pe răufăcători. Între timp se ruga, căutând să accepte că ar putea muri de mâinile jefuitorilor.

Pe măsură ce Luna Plină răsărea, şi peisajul se lumina, vizitatorii au devenit mai vizibili. Martorul a estimat că au fost peste o sută de fiinţe de diferite mărimi şi forme (dar cele mai multe cu aspect uman), care „se distrau şi se zbenguiau" pe pinii de pe proprietatea lui. El s-a simţit brusc extrem de onorat de a găzdui o „petrecere de nepământeni".

La un moment dat, unul dintre vizitatori a coborât într-un glob strălucitor de lumină undeva între 10 şi 20 de metri de la fereastra bucătăriei sale, stând în picioare, având în faţă doi bărbaţi îmbrăcaţi în uniforme militare. Martorul a presupus că a fost o comunicare (sau poate doar o tentativă), prin utilizarea telepatiei. Au stat acolo cam între 30 şi 60 de minute. Martorul spunea că întunericul l-a făcut să piardă noţiunea timpului. El a văzut şi mulţi soldaţi, foarte bine deghizaţi, într-un tufiş din faţa ferestrei din bucătărie. I-a întrebat dacă ar putea merge afară, dacă i-ar fi afectată în acest caz „integritatea fizică", sau dacă ar perturba evenimentele în curs de desfăşurare, dar nu a primit niciun răspuns. A îndrăznit totuşi să iasă şi să stea pe o stâncă situată la 5 metri de uşa bucătăriei sale. A observat imediat că fiinţele „au devenit timide" şi au încetat zbenguiala lor prin copaci.

În această situaţie, martorul a rostit mantra OM, despre care i s-a spus că ar fi sunetul Universului şi unul dintre numele lui Dumnezeu. Vizitatorii au devenit atunci „ceva mai puţin timizi" şi şi-au reluat zbenguiala. El a simţit atunci că ar fi bine să se întoarcă în casă, pentru a nu perturba „petrecerea", care a continuat mai multe ore. În tot acest timp, s-a simţit în siguranţă şi extrem de „onorat" de a găzdui un asemenea eveniment; e drept, nu-i plăcea că armata l-a ignorat, dar şi-a zis că aşa o fi fost procedura. În dimineaţa următoare — spune martorul — au fost acolo vreo 4 sau 5 militari care încearcau să şteargă orice posibilă urmă lăsată de vizitatori, „dar nu poţi lipi la loc un copac rupt". Potrivit martorului, evenimentul s-a repetat şi în noaptea următoare...

Ce facem cu astfel de istorii? Să le credem? Ele au fost relatate totuşi cu bună credinţă, deci probabil că s-a întâmplat ceva, prin urmare nu e bine nici să le măturăm sub covor...

Pagină realizată de
DAN D. FARCAŞ

Copilul care plânge

De când e lumea şi peste tot pe planeta noastră, există contexte mai mult sau mai puţin obişnuite în care unele obiecte (neînsufleţite, zicem noi) capătă o reputaţie negativă, sinistră. Se vorbeşte, de pildă, despre asemenea lucruri comune care ar deţine prin ele însele puteri supraumane ori care sunt învestite cu astfel de însuşiri prin magie.

Dacă ne referim numai la mitologia română şi la eresurile noastre, avem în acest sens un număr imens de subiecte extrem de diverse, ce fac trimitere la universuri paralele care depăşesc puterea noastră de înţelegere. Şi încă lucrurile nu ar fi atât de îngrijorătoare, dacă aceste lumi şi-ar derula existenţa în limitele unor legi şi spaţii strict delimitate. Necazul e însă că, nu de puţine ori, energiile şi entităţile malefice se intersectează la modul agresiv cu lumea noastră, în interiorul căreia sunt capabile de distrugeri inimaginabile. Despre un asemenea concurs de împrejurări (?) insolit şi terorizant, vom prezenta mai jos câteva amănunte, zona de origine şi de manifestare a fenomenelor fiind una mai puţin obişnuită.

Tabloul salvat din flăcări

Istoria picturii despre care vorbim a invadat spaţiul public în anul 1985, în împrejurări destul de bizare. Atunci, pe teritoriul Angliei au fost înregistrate nefiresc de multe incendii, cel mai grav producându-se în timpul partidei de fotbal dintre echipele Bradford City şi Lincoln City. Stadionul Valley Parade a fost devastat de un foc pornit – s-a spus ulterior – de la o ţigară aruncată neglijent de un spectator. Oricum, bilanţul a fost terifiant: 56 de morţi!

În acelaşi an, un incendiu de o forţă rar întâlnită a distrus un întreg edificiu din Yorkshire (nordul Angliei), iar de la el s-a declanşat şi valul de dezvăluiri şocante, care nu mai aveau nimic comun cu simplă neglijenţă a unui microbist fumător. În mod absolut uimitor şi inexplicabil, un pompier a găsit printre resturile carbonizate ale clădirii mistuite de foc, un tablou rămas intact, care înfăţişa un băieţel ce plângea. Firesc că ciudata întâmplare a atras atenţia jurnaliştilor şi deci amănuntul a putut fi aflat de oricine. Astfel se face că, după relatarea episodului cu tabloul în binecunoscutul ziar „The Sun", la redacţia acestuia s-au primit zeci şi zeci de apeluri telefonice prin care se făcea referire la întâmplări similare.

„Exorcizarea" misterioaselor picturi

În mare, povestea era, practic, aceeaşi: o casă a luat foc şi, după stingerea incendiului, de sub mormanele de cenuşă au fost scos un tablou ce înfăţişa un băieţel plângând. Mai mult decât atât, analizându-se cu atenţie relatările respective, s-a emis ideea că, foarte probabil, picturile erau identice şi că ele ar fi putut aparţine unuia şi aceluiaşi autor. O mărturie de acest gen, citată de jurnalul britanic, aparţine unei anume Dora Mann, care afirma: „La şase luni după ce am cumpărat tabloul, casa mea a fost complet distrusă de un incendiu. Toate tablourile

mele au ars atunci, mai puţin cea cu băieţelul."

În chip firesc, din punctual de vedere al mentalului uman, aducerea în atenţia publicului a acestui subiect mai mult decât neliniştitor i-a dus cu gândul pe mulţi la un blestem. Cei de la „The Sun" au încercat totuşi să tempereze cumva pornirile de genul respectiv, care ar fi putut genera o psihoză, astfel că au solicitat proprietarilor unor asemenea tablouri să vină cu ele la redacţie, pentru... a le arde împreună. Ideea, categoric neobişnuită, fie şi pentru un subiect de presă senzaţional, s-a materializat. Totuşi, după trei ani, în 1988, s-au raportat şi alte incendii, produse în acelaşi context. Simplă coincidenţă? Poate...

* * *

O notă mister în plus, legată de acest tip de întâmplări inexplicabile, o dă şi faptul că de-a lungul timpului s-au înregistrat mărturii similare despre incendii devastatoare în urma cărora singurele obiecte găsite intacte au fost picturi. Aici însă putem invoca şi eventuala acţiune a unor forţe supraumane pozitive, cel mai frecvent de natură divină. Mai concret, ne referim la icoane scoase, de asemenea, de sub resturile unor edificii mistuite de foc, fără ca flăcările să le fi pricinuit stricăciuni grave, aşa cum în spaţiul ortodox românesc găsim destul de multe.

ADRIAN-NICOLAE POPESCU

E bine de ştiut

În afara folosirii sale tradiţionale, usturoiul este considerat un mijloc capabil să prevină bolile cardiovasculare, tulburările digestive, având şi un efect antimicrobian.

Mai des în săptămânile din urmă, când s-au înregistrat numeroase viroze şi stări gripale, usturoiul a putut demonstra că este un leac valoros.

Principalul compus care combate răceala şi gripa este alicina – cea care îi conferă mirosul specific. Aceasta are proprietăţi antibacteriene.

Specialiştii în nutriţie recomandă consumul zilnic de usturoi, dacă dorim să stimulăm imunitatea.

Leac valoros

Nu cu mult timp în urmă, cercetătorii de la Universitatea din Florida au efectuat mai multe studii care au condus la concluzia că usturoiul creşte numărul limfocitelor T din sânge. Acest element joacă un rol important în creşterea imunităţii.

Dintre legumele apărute acum primăvara, un rol important în prevenirea răcelii şi gripei îl au şi ridichile. În egală măsură ridichea neagră, cu gustul distinct, uşor iute, are un conţinut ridicat de vitamina C, cel mai important antioxidant. Se recomandă consumul ridichilor în stare crudă sau sub formă de suc, având şi proprietatea de a curăţa rinichii şi ficatul de toxinele acumulate.

Dr. VALERIU MANTA

Ţinute inspirate

Indiferent de capriciile acestei primăveri creatorii de modă vă îndeamnă să fiţi pregătite pentru întâlnirea cu anotimpul pomilor înfloriţi. Pulovere delicate, uşoare, din bumbac şi lurex, rochii brodate, din materiale de bumbac, cu desene geometrice, compleuri pantalon-mantou din crep, dar şi combinezoane-pantalon, toate sunt imaginate pentru a sublinia distincţia, feminitatea şi supleţea dumneavoastră.

Pentru dumneavoastră, doamnă

Ştiaţi că uneori sentimentele vă pot îmbolnăvi?

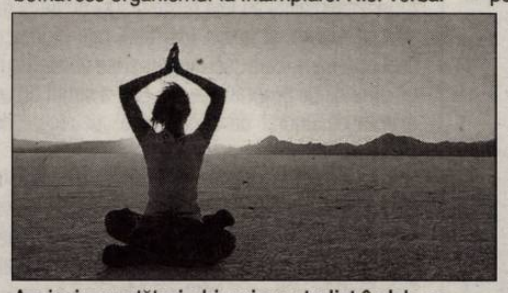
În opinia multor cercetători chinezi am putea să ne menţinem sănătatea dacă am fi atenţi la câteva elemente. Concret, aceştia consideră trei elemente „vinovate" de declanşarea bolilor. În primul rând este vorba despre întreruperea fluxului de energii ale organismului (qi). Apoi, dezechilibrul dualităţii yin-yang reprezintă altă posibilă cauză a apariţiei bolilor. Surprinzător poate, chiar şi sentimentele îmbolnăvesc.

Iată şi argumentele cercetătorilor. Enegia consumată în fiecare zi se recuperează prin odihnă, alimentaţie şi tehnici energetice. În cazul suprasolicitării fizice şi intelectuale se rupe echilibrul yin-yang făcând posibilă apariţia bolilor. Energia qi are o curgere specifică prin cele 12 meridiane. Când qi-ul unui organ nu este echilibrat, acesta nu mai poate completa circuitul natural al meridianului, afectând organul învecinat: inima sprijină splina, iar energiile splinei circulă între plămâni şi intestinul gros, apoi de la plămâni circulă spre ficat şi vezica biliară. De la ficat energiile subtile sunt reciclate prin intermediul meridianelor şi închid ciclul, ajungând la inimă.

Dacă energiile dinspre inimă sunt dezechilibrate, acest dezechilibru afectează negativ celelalte organe vitale. Dereglarea este cauzată de blocarea anumitor puncte pe traseul meridianelor energetice.

Medicina chineză explică energetic urmele pe care le lasă în sănătatea noastră anumite sentimente, trăiri, comportamente. Îmbolnăvirea poate fi nu numai psihică ci şi fizică. De exemplu, minciuna, gândurile şi faptele rele emit anumite semnale subtile, care perturbă fluxul energetic al individului. În timp apar tensiuni şi blocaje ale meridianelor, afectând organismele.

Să nu aveţi impresia că sentimentele îmbolnăvesc organismul la întâmplare. Nici vorbă.



Aceiaşi cercetători chinezi au studiat îndelung şi ne spun cum ne afectează sănătatea fiecare sentiment. Astfel, stările de furie afectează ficatul, determinând mişcarea energiei spre partea superioară a corpului.

Starea de bucurie, pentru că încetineşte circulaţia energetică, îmbolnăveşte inima. Sentimentul de îngrijorare slăbeşte splina, determinând stagnarea energiei, iar teama şi spaima aduc prejudicii grave rinichilor, datorită tulburării energiei din partea inferioară a corpului. Despre tristeţi şi suferinţa sufletească se spune că îmbolnăvesc plămânii.

Pentru echilibrarea energiilor se impune să acordăm importanţa cuvenită odihnei, mişcării şi respiraţiei corecte. Rezistenţa corpului slăbeşte atât atunci când nu ne odihnim, dar şi când lenevim mai mult decât este necesar. Efectul yang al somnului se manifestă dacă dormim chiar şi zece ore, în timpul nopţii. De asemenea, dacă vă culcaţi înainte de ora 22, organismul va fi echilibrat energetic, iar dacă se depăşeşte ora respectivă corpul va fi încărcat mai mult yin. Altă posibilă greşeală: odihna de peste zi care nu poate compensa o noapte pierdută, pentru că ziua e considerată yin.

Ne îmbolnăvim dacă nu facem mişcare, dar şi când facem prea multă. Exerciţiile fizice tensionează muşchii având efect yang, în timp ce lipsa de mişcare duce la un efect yin. La fel se întâmplă în cazul exerciţiilor în exces, care afectează sângele şi ficatul. Se precizează, de asemenea, că anumite tipuri de exerciţii provoacă stagnarea energiei în unele părţi ale corpului. Astfel, ridicarea greutăţilor opreşte fluxul energetic la nivelul părţii inferioare a corpului. Alergarea opreşte energia la nivelul genunchilor, iar tenisul opreşte energia la nivelul coatelor.

Pentru echilibrarea organismului este foarte importantă respiraţia corectă. O respiraţie corectă adâncă, are efect yang, ajutând la oxigenare şi la detoxifiere. Inspiraţia este yin, iar expiraţia este yang. Medicina tradiţională chineză recomandă să respirăm numai pe nas pentru ca organismul să beneficieze de energia ionilor negativi. În felul acesta qi-ul ajunge prin meridiane, nervi şi sânge la creier, în sistemul nervos, la organe şi în ţesuturi, reîncărcând fiecare celulă a corpului.

Gastronomice

Miel cu măsline şi sos de anşoa

500 g carne de miel, 100 g măsline verzi, 2 linguri anşoa mărunţit, ulei de măsline, cimbru verde, rozmarin verde, usturoi pisat, o lingură unt, o ceaşcă vin, o ceaşcă supă de miel, sos de roşii, sare, piper.

Carnea de miel se spală şi se usucă pe prosoape absorbante. Se condimentează cu cimbru, rozmarin, ulei de măsline, jumătate ceaşcă vin, ulei de măsline şi se lasă la marinat pentru câteva ore la frigider. Se prepară un sos prin sotarea usturoiului în unt până îşi schimbă culoarea. Se toarnă vinul, supa de miel şi pasta de tomate, se omogenizează, se încorporează anşoa, sare şi piper după gust. Se scoate carnea de miel din marinată şi se rumeneşte într-o tigaie încinsă cu ulei de măsline. Se adaugă restul de marinată, puţină apă şi se continuă fierberea până se pătrunde.

Peşte în aluat

5 peşti micuţi, 2 lămâi, 1 ou, seminţe de cereale, ulei, sare, piper, 250 g făină, 100 g unt.

Peştele se curăţă, se spală şi se lasă la scurs. Se stropeşte cu zeamă de lămâie amestecată cu ulei, sare şi piper, atât în interior, cât şi în exterior. Aluatul se prepară amestecând oul cu untul şi făina până se obţine un aluat elastic. Se dă aluatul la rece 30 minute, apoi se întind cinci foi şi se îmbracă fiecare peşte în aluat, modelând după forma peştelui. În interiorul peştelui se pot pune felii de lămâie. Peştii se ung cu ou bătut şi se presară cu un amestec de seminţe. Se aşază în cuptor la foc mic 20 minute şi la final, 10 minute la foc mai iute pentru rumenire.

Tort cu fructe şi nuci

Blat: 7 ouă, 200 g de miere, 200 g de făină, 50 g de miez de nucă tocat mărunt, o linguriţă praf de copt, 3 linguri ulei.

*Umplutura: **1 castronel cu fructe (piersici, caise, ananas din compot) tăiate cubuleţe, 500 ml de frişcă, 4 pachetele întăritor de frişcă, 2 linguri miere, 100 g miez de nucă tăiată, 1 pachet gelfix.***

Se bat ouăle spumă, apoi se adaugă mierea şi 50 ml de apă fierbinte. Se amestecă faina cu praful de copt şi se adaugă în amestecul cu ouă. Se adaugă şi uleiul. Se coace 35-40 de minute. Separat, se bate frişca şi întăritorul pentru frişcă, apoi se îndulceşte cu miere. Se amestecă bine cu fructele şi apoi se încorporează gelifiantul. Se taie blatul în jumătate şi se umple cu frişcă. Se ornează cu frişcă, feliuţe de lime şi se tapetează cu nucă măcinată şi caramelizată.

Pagină realizată de
ECATERINA BĂTRÂNEANU

Dosarele frumuseţii

Secretele tenului luminos

Invariabil, orice femeie doreşte să atenueze amprenta trecerii anilor de pe chipul său. Pielea, în mod natural, nu-şi păstrează aspectul de la 20 de ani, ci îşi pierde atuurile, capătă o culoare uniformă, dispărând contrastele. Cea mai simplă soluţie o reprezintă machiajul. Unul discret, care să nu încarce tenul, accentuând maturitatea.

Pentru a realiza un look proaspăt, tineresc, machiajul va fi delicat, fin şi va scoate în evidenţă trăsăturile cele mai frumoase ale feţei. Îndemânarea cu care ascundeţi eventualele pete sau cearcănele pronunţate reprezintă cheia unui aspect frumos. Nu folosiţi corectorul cu efect de iluminare pe toată faţa, ci doar în anumite zone: zona de sub ochi, colţul interior al ochiului, aripile nasului şi adâncitura de deasupra bărbiei. Pentru a obţine o bază de machiaj perfectă folosiţi pudră pulbere, nu compactă. Numai dacă este absolut nevoie, pentru o perfectă uniformitate, folosiţi fond de ten.

Obrajii îmbujoraţi sunt semn de sănătate şi tinereţe. Dar, fiind zona cea mai expusă la agresiunile mediului, îşi pierd cel mai repede rozul natural. Paloarea poate fi estompată cu un blush cu o formulă cremoasă, care să energizeze chipul. Dacă veţi face greşeala de a aplica fardul de obraz aproape de centrul feţei, ridurile vor părea mai pronunţate. Locul corect de aplicare este de 3-4 cm sub colţul exterior al ochiului. Aici se trasează culoarea pe linia mediană a obrazului. Pentru tenurile deschise se aleg tonuri de roz şi piersică. Dacă tenul este măsliniu, merg nuanţe de zmeuriu.

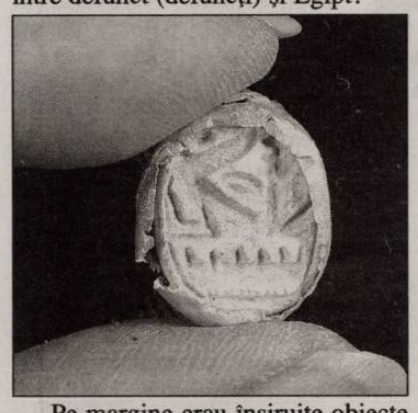
Pentru ochi este necesar un creion dermatograf ascuţit, pentru a contura cu precizie şi a obţine un efect natural. Nuanţele maronii se potrivesc cu tenul deschis, iar negrul cu cel mai închis. Urmaţi curbura naturală a ochiului şi terminaţi cu o codiţă orientată spre zona superioară. Altfel, ochii ar căpăta o alură tristă. Evitaţi conturul pleoapei inferioare, care dă o notă de oboseală a ochilor. Aplicaţi fardul de pleoape potrivit, apoi rimelul. Rimelul negru dă senzaţia unor ochi mari, limpezi, tineri.

Şi arcuirea perfectă a sprâncenelor conturează un aspect tineresc. Pe măsură ce trec anii există tendinţa de lăsare a fibrelor musculare. Urmăriţi să aveţi sprâncenele frumos conturate. Dar cât mai natural, pentru a nu face notă discordantă cu machiajul delicat.

Odată cu acumularea anilor şi buzele se subţiază şi îşi pierd tonusul. Marginile devin mai puţin definite şi cu zone neregulate. Primul pas spre reîntinerire îl faceţi conturând limitele cu un creion special, pornind din mijlocul buzei superioare. Apoi folosiţi rujul. Pentru a evita stridenţele, şi creionul şi rujul vor avea nuanţe similare. Un roz intens este potrivit pentru tenurile deschise. La un ten măsliniu merg bine tonurile de roşu şi de prună. Impresia optică va fi de volum, iar efectul de întinerire.

Morminte canaaniene

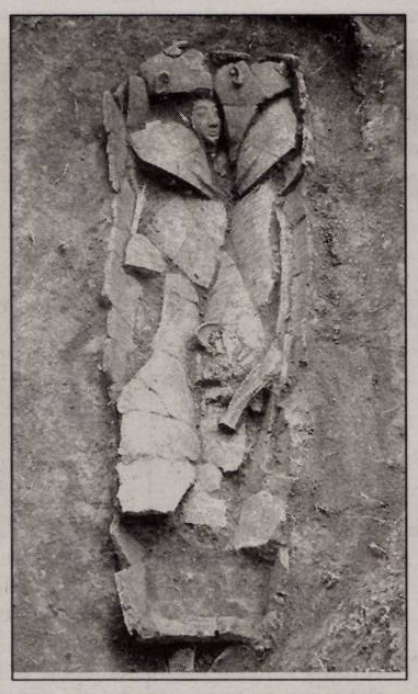
O serie de morminte canaaniene, vechi de 3300 de ani, au fost descoperite în apropiere de Tel Shadud (Israel) în timpul construcţiei unor clădiri. Într-unul dintre acestea exista un impresionant sicriu cilindric din argilă pe care se afla un inel din aur cu efigia faraonului Sethi I şi a Soarelui (reprezentarea zeului Ra). Surprinzător! Ce legătură să fi existat între defunct (defuncţi) şi Egipt?



Pe margine erau înşiruite obiecte din ceramică, utilizate pentru păstrarea alimentelor, în cadrul unor ceremonii, ca obiecte de cult şi ca urne pentru oase de animale. Adică, ofrande destinate zeilor pentru a asigura protecţie defuncţiilor în viaţa de apoi. În sicriu se afla corpul unui adult care ar putea fi al unui demnitar. Inelul, care reprezintă însă cea mai importantă piesă, indică prin iconografia sa faptul că faraonul care se afla la putere şi populaţia doreau să se afle sub protecţia egiptenilor şi a zeilor acestora.

Sethi I, tatăl lui Ramses al II-lea, a domnit în secolul al VIII-lea d.Hr. (sicriul datează din acelaşi secol) afirmându-şi puterea în regiunea Canaan. Nu există însă niciun indiciu în acest sens.

Cine putea fi defunctul? Probabil un demnitar canaanian fidel puterii Egiptului. În imediata apropiere se aflau două morminte cu rămăşiţele pământeşti ale unui grup format din doi bărbaţi şi două femei care făcea probabil parte din familia demnitarului.



Pădure preistorică scufundată

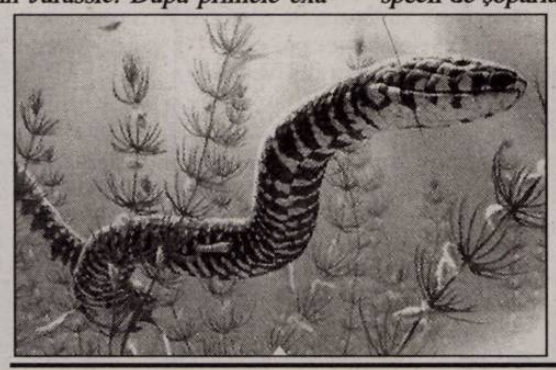
În timp ce explorau adâncurile Mării Nordului la aproximativ 300 de metri distanţă de coasta de est a Marii Britanii doi scafandri arheologi au descoperit vestigiile unei păduri — rădăcini, trunchiuri de arbori cu ramuri. Vestigii ale unei păduri extinse cu o vechime, estimată de paleontologi, de peste 10.000 de ani! În acea vreme, când climatul era relativ similar cu cel actual, o vastă întindere de pământ locuită lega teritoriul Marii Britanii de Europa. A fost înghiţită de ape după ce nivelul mării a crescut cu peste 120 de metri.

Vestigiile formează recifuri care adăpostesc numeroase specii de animale şi de vegetale. Experţi ai Marine Conservation Society vor cartografia zona submarină pentru a aprecia mărimea suprafeţei pe care se întindea pădurea. E posibil ca în cadrul expediţiilor să fie descoperite fosile de mamuţi şi de animale necunoscute.

Şerpi din Jurassic

Cele mai vechi fosile de şerpi datează din urmă cu peste 70 milioane de ani. O descoperire recentă devansează această vechime.

Cine sunt „protagoniştii" acestei derogări? Fosilele – vertebre, fragmente din maxilar – a 4 specii de şerpi (fioroşi!) care au trăit în urmă cu aproximativ 150 de milioane de ani, în Jurassic. După primele examinări au fost atribuite unor specii de şopârlă.



O eroare rectificată după reluarea observaţiilor, cercetătorii ajungând la concluzia certă că e vorba de fosile de şerpi care au derivat din şopârle de apă dulce.

Gravuri erotice pe rocă

Cele mai vechi gravuri erotice pe roci de calcar însoţite de texte au fost descoperite în golful Vatry, la nord-vest de insula Astypalee (Grecia) după aproape 5 ani de săpături. Datează din secolele al VI-lea şi al V-lea î.Hr. Textele relevă diverse acţiuni şi mesaje ale unor persoane şi pasiunea nestăvilită a locuitorilor pentru erotism. Astfel de gravuri antice imprimate pe piatră, în care este proslăvit actul sexual, sunt foarte rare.

Mulţimea de texte care însoţeşte gravurile sugerează faptul că o bună parte din locuitorii insulei ştiau să scrie şi să citească.

Grupaj de
DORIN MĂRAN

100 *de locuri de văzut în România*

Parcul Natural Comana

Parcul Natural Comana a fost înfiinţat în anul 2004, prin Hotărârea de Guvern nr. 2151 (privind instituirea regimului de arie naturală protejată pentru noi zone), are o suprafaţă de 24.963 hectare şi reprezintă o zonă specială de conservare cu regim de protecţie pentru specii de floră *(Paeonia peregrina Mill-sp., Ruscus aculeatus)* şi faună (păsări, peşti, mamifere, reptile şi amfibieni) aflate pe teritoriul ariei protejate.

În cadrul parcului, sunt mai multe zone de atracţie deosebite, care atrag an de an sute de turişti din întreaga ţară. Balta Comana este una dintre ele, fermecând privitorul cu pitorescul său deosebit, fiind considerată a treia zonă umedă a ţării noastre, după Balta Mică a Brăilei şi Delta Dunării. Locul găzduieşte nu mai puţin de 141 de specii de păsări, iar în apă trăiesc 13 specii de peşti, din care două – ţigănuşul şi cleanul de Comana se găsesc doar în acest areal natural.

Mănăstirea Comana este un alt important obiectiv turistic din cadrul parcului. Fiind ridicat în timpul lui Radu Şerban (1588) şi refăcută de Şerban Cantacuzino (1700). Acest lăcaş de cult este construit pe ruinele unei mânăstiri ctitorită de legendarul Vlad Ţepeş (1461).

Dacă nu vă pasionează doar natura şi istoria, ci sunteţi dornic şi de puţină adrenalină, atunci puteţi vizita şi parcul de aventură, deschis tot aici. Atât adulţii, cât şi cei mici, au toate şansele să se simtă, la propriu şi la figurat, la înălţime, contra unei sume modice, deoarece traseele sunt concepute pentru ambele categorii de persoane, mai precis 6 trasee pentru copii, 3 trasee pentru adulţi, de dificultate progresivă (uşor, mediu şi dificil), o tiroliană peste lac şi o cascadă de tiroliene. Parcul include o serie de elemente suspendate la diferite înălţimi, elemente care se parcurg folosind echipamentul corespunzător, prin traversare sau căţărare.

GABRIEL TUDOR

Sărbători creştine

Învierea Domnului

Învierea lui Iisus Hristos (Sfintele Paşti) constituie cea mai mare sărbătoare a creştinătăţii, fundament doctrinar, practic temelia bisericii aşa cum o cunoaştem astăzi.

Este prăznuită de Biserica Ortodoxă, Biserica Romano-catolică, Biserica Greco-catolică şi Biserica Reformantă. Data acestei mari sărbători diferă de la un cult la altul în funcţie de calendarul adoptat: cel gregorian sau cel iulian.

Evenimentul nu este surprins direct în Evanghelii pentru că niciun evanghelist nu a fost martor al învierii. Există însă istorisiri ale învierii, a împrejurărilor în care s-a desfăşurat şi, mai ales a arătărilor Mântuitorului după aceea.

Tradiţia creştină spune că, îndată după miezul nopţii, spre duminică, Mântuitorul, care stătuse mort trei zile, a înviat şi a ieşit din mormânt. Îngroziţi, soldaţii care păzeau mormântul au căzut cu faţa la pământ şi apoi, revenindu-şi, au alergat în cetate, povestind cele întâmplate. Arhiereii i-au chemat imediat şi le-au poruncit să spună oamenilor că, pe când dormeau, au venit ucenicii lui Iisus care i-au furat trupul. În zori, femeile mironosiţe, credincioase lui Iisus, care nu i-au putut unge trupul cu mir vineri, când a fost coborât de pe cruce şi nici sâmbătă, când era Paştele, s-au grăbit să ajungă duminică la mormânt.

Apropiindu-se, s-au mirat că nu văd soldaţii de pază şi se gândeau cine le va da la o parte piatra mare şi grea de la intrare. Aici însă au găsit mormântul deschis şi un înger aflat acolo le-a liniştit, spunându-le despre cel căutat că s-a sculat din morţi şi că îl vor vedea în curând.

Anunţaţi de sfintele femei, apostolii Petru şi Ioan au venit şi ei la mormânt, unde nu au găsit decât giulgiul în care fusese înfăşurat trupul lui Iisus.

Maria Magdalena s-a întors la mormânt după răsăritul soarelui şi, în timp ce plângea, i s-a arătat Mântuitorul care a întrebat-o pe cine caută şi de ce plânge. Apoi a strigat-o pe nume iar ea L-a recunoscut şi Mântuitorul a îndemnat-o să meargă la ucenici să-i vestească de sosirea Lui în curând.

Apoi Iisus a pornit spre Emaus, un sătuc din apropiere de Ierusalim. În drum i-a întâlnit pe Luca şi Cleopa, care mergeau în aceeaşi direcţie şi vorbeau despre moartea lui Iisus. Nu L-au recunoscut pe Mântuitor, luându-L drept un călător obişnuit, tovarăş de drum. Ei I-au spus că femeile mironosiţe le-au povestit că au găsit mormântul gol şi L-au invitat să vină să mănânce la gazda lor. Iisus s-a învoit şi cei doi L-au recunoscut după cum a rupt pâinea. Apoi Mântuitorul a dispărut din faţa lor şi ei au plecat în Ierusalim să vestească Învierea Domnului. Acolo s-au întâlnit cu 10 dintre ucenici, Toma fiind plecat. Ei se aflau într-o casă cu uşile încuiate de spaima prigonitorilor. În timp ce Luca şi Cleopa le povesteau cele aflate, Mântuitorul a apărut în mijlocul lor, le-a arătat rănile şi le-a cerut de mâncare. Apoi a suflat spre ei spunându-le „Luaţi Duh Sfânt" îndemnându-i să-şi înceapă opera de evanghelizare, după care a dispărut.

A opta zi după Înviere, Mântuitorul s-a arătat în faţa apostolilor, fiind prezent şi Toma. Acesta îşi exprimase neîncrederea faţă de vestea Învierii lui Hristos, dar în casa în care se aflau a reapărut Iisus spunându-le „Pace vouă". Pe Toma l-a îndemnat să-i pipăie rănile şi apostolul s-a convins că în faţa lui se află cel înviat din morţi.

Apariţiile Mântuitorului au continuat până la Înălţarea Sa la ceruri, moment care încheie sărbătorile pascale.

Sărbătoarea de Paşti este însoţită de anumite sacrificii ca tăierea mielului şi ciocnitul ouălor şi de alimente rituale, cel mai reprezentativ fiind pasca.

Totodată se aprind luminile şi se crede că se deschid cerurile şi mormintele, vorbesc animalele, ard comorile.

După slujba de Înviere în biserică se împart bucăţele de pâine muiată în vin, un fel de anafură specială care se ia numai cu prilejul acestei sărbători.

IRINA STOICA

Giovanni Bellini, un renascentist revoluţionar

Tânără la oglindă

Un artist prodigios, aparţinând unei faimoase familii veneţiene, a reuşit să revoluţioneze pictura Şcolii veneţiene atât prin tehnica folosirii uleiului pe pânză, cât şi prin modul de a ilustra ambianţa peisagistică şi cromatică a temelor alese.

Numele lui, Giovanni Bellini (1430-1516), va fi pomenit cu respect de marii reprezentaţi ai Renaşterii italiene şi de marii maeştri europeni care au vizitat cetatea din laguna veneţiană. Giovanni a fost fiul lui Jacopo Bellini, unul dintre fondatorii stilului pictural al Renaşterii timpurii. Fratele lui Giovanni a fost Gentile, de asemenea pictor recunoscut al Veneţiei, iar cumnat i-a fost faimosul Andrea Mantegna. Sub influenţa şi supravegherea tatălui său, Giovanni şi-a îndreptat atenţia, începând din adolescenţă, spre temele religioase. El şi-a însuşit ideea suferinţei şi evlaviei umane în faţa divinităţii şi expresia chipurilor umane a fost o obsesie a modului de redare a scenelor religioase conforme cu Noul Testament. Una dintre cele mai cunoscute realizări în acest sens este „Pietà" sau „Christ sprijinit de Madonna şi Sf. Ioan". Primele sale comenzi importante au fost legate de Scuola di San Marco din Veneţia (Sf. Marcu era protectorul oraşului). Aici a lucrat alături de fratele Gentile, una din opere fiind „Potopul şi Arca lui Noe".

Faima de pictor cu o viziune nouă şi plăcută atât feţelor religioase, cât şi confraţilor din breaslă, a crescut foarte mult, Giovanni fiind chemat pentru decoraţiuni bisericeşti şi la Napoli şi Pesara. Spre vârsta de cincizeci de ani, maestrul veneţian este chemat pentru o importantă contribuţie la decorarea Palatului Dogilor din Veneţia. Din nou se remarcă expresivitatea chipurilor personajelor, luminile limpezi şi culorile calde şi impresionantele peisaje care au înnoit modul de exprimare a pictorilor din Şcoala veneţiană. Giovanni Bellini a adus un suflu nou printre maeştrii care se concentrau asupra temelor religioase, făcând din acestea adevărate opere dramatice. Tocmai acest dramatism şi expresivitatea personajelor reprezintă marele câştig al Renaşterii culminante pe care l-a adus marele maestru din Veneţia.

Sf. Jerome în deşert

Pietà

Giovanni şi fratele său Gentile Bellini au lucrat mult împreună şi se spune că uneori îşi completau reciproc lucrările. Dar în 1507 Gentile moare şi Giovanni singur devine şef al Şcolii veneţiene de pictură. Unul dintre cei mai preţuiţi elevi ai săi a fost Tiziano Vecellio. Cea mai celebră colaborare dintre cei doi se regăseşte în capodopera „Festinul zeilor", lucrată între 1514 şi 1529. Numai că Giovanni Bellini a murit în 1516 şi continuarea executată de Tiziano a fost legată de peisajul natural în care se desfăşoară scena cu numeroasele sale personaje. Este una dintre puţinele lucrări dedicate mitologiei (cu inspiraţie din operele lui Ovidiu). Ea a fost comandată de marchiza Isabella Este, patroană a artelor din Mantua. De aceea, şi abordarea temei în care nimfa Lotis, fiică a lui Neptun, suferă o molestare cu caracter erotic din partea lui Priapus, este neobişnuită. Chiar şi configurarea personajelor (un Satyr, Bachus, Silenius, Mercur, Jupiter, Pan etc.) este una revoluţionară, divinităţile mitologiei având un caracter uman pronunţat.

Giovanni Bellini a murit la 86 de ani (1516) şi a lăsat moştenire o foarte valoroasă operă cu caracter novator pentru „arta nordică italiană". Renaşterea culminantă îi este recunoscătoare pentru limpezimea culorilor şi sensibilitatea tematică.

Cocoşatul din Veneţia

La Veneţia există statuia Il Gobbo din Rialto (Cocoşatul din Rialto), care se află în sestiera San Polo. Rialto este în partea estică a Oraşului Lagunei, iar statuia cocoşatului — un cerşetor dezbrăcat, stând pe vine — are un simbol aparte. Sculptorul Pietro da Salo a realizat-o în 1541 cu un scop social cât se poate de precis: dacă ai comis vreun delict minor (furtişag, agresiunea verbală a unei doamne, ai aruncat gunoi pe stradă sau în apă etc.), trebuie să te duci la statuie şi s-o pupi, după care trebuie să faci un marş din Rialto până-n Piaţa San Marco, prin faţa mulţimii adunate pentru a te batjocori.

ZIGZAG în timp şi spaţiu

• Interferenţe cu pigmei

În vasta zonă a continentului negru, în statele Congo, Camerun şi Republica Africa Centrală, exploatările forestiere şi miniere parcă au dezmorţit triburile de pigmei din ritmul vieţii lor primitive.

Principala ocupaţie, la acest impact inevitabil cu civilizaţia secolului XX, este aceea de călăuză. Fără pigmei, nimeni nu s-ar putea orienta în pădurile luxuriante şi nici n-ar putea găsi de două ori acelaşi

drum. De asemenea, copacii având o anumită esenţă lemnoasă pot fi depistaţi numai de mărunţii băştinaşi.

Ce primesc în schimb pigmeii? Interferenţele „culturale" sunt greoaie şi pline de surprize. Unii bărbaţi ai tribului Nyatu au acceptat arme de foc, deşi nu le folosesc niciodată, căci modul primitiv de vânătoare se conservă cu străşnicie. Însă cei ce au locuit un timp în mijlocul unei aşezări de pigmei au constatat că o puşcă învelită cu frunze şi adăpostită într-un trunchi de arbore scobit devenise un fel de divinitate a pădurii. Puşca-zeu le ocrotea ascunzătorile de ochi indiscreţi... La fel de ciudată a fost şi atitudinea faţă de ambarcaţiunile ce le-ar fi putut uşura deplasarea pe apele râurilor din acea regiune. Pigmeii se feresc în mod inexplicabil de apa curgătoare. Pentru a depăşi acest gen de obstacol, ei se folosesc de lianele oferite de mediul natural, dar şi de lianele pe care le poartă asupra lor, pentru orice eventualitate. Acrobaţia la înălţime este o joacă pentru ei.

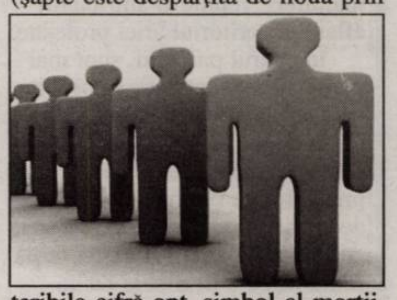
Femeile au acceptat, cu timpul, vase metalice pentru inepuizabilele lor fierturi de fructe şi frunze atent selecţionate. Gravidele poartă acum veşminte textile peste şolduri, iar un fel de eşarfe sunt folosite la legănatul pruncilor. Unii războinici din tribul Guata şi-au pus, totuşi, vârfuri metalice la suliţe şi săgeţi, dar tot capcanele şi sarbacana sunt armele preferate.

Cu toate aceste inserturi civilizatoare, ei refuză să înveţe orice cuvânt străin dialectului lor, nu vor să-şi îmbunătăţească sistemul de construcţie a colibelor (crengi şi frunze uriaşe, deseori doborâte de ploi) şi nu concep să... sărute! Tandreţea se limitează la asigurarea hranei, a adăpostului şi la paza contra eventualilor duşmani. În mod cert, pigmeii habar n-au ce-i aia ipocrizie.

• Ne domină numerele

O concepţie originală despre destinul oamenilor a promovat savantul german Wilhelm Butte (care a trăit în secolul XIX). El a scris despre „vârstele climatice" ale bărbatului şi ale femeii.

Pornind de la o teză mai veche cu privire la simbolurile ascunse ale cifrei 9 (maternitatea, numărul de planete etc.), Butte arată că graniţele vârstelor esenţiale ale sexului masculin sunt date de numere a căror sumă este 9. Astfel, bărbatul atinge la 18 ani vârsta critică, la 27 de ani pe cea a exuberanţei, la 36 de ani este vârsta voioşiei, iar la 54 atinge demnitatea profundă. La femei, lucrurile se complică, pentru ele contând „dubioasa" cifră 7 (şapte este despărţită de nouă prin



teribila cifră opt, simbol al morţii, întrucât cele două cercuri suprapuse, Pământul şi Cerul, se întâlnesc).

Gânditorul german spune că din şapte în şapte ani, „femeia îşi schimbă clima internă". Dar ea nu avansează ca bărbatul, ci se poate întoarce pe propriile urme, alternând voioşia cu demnitatea sau starea critică cu exuberanţa. Spre deosebire de sexul tare, sexul frumos are o vârstă a perfecţiunii, care este 35 de ani. Suma cifrelor este 8 (3+5) şi femeia cochetează atunci cu moartea sau cu fericirea cea mai mare pe care o poate avea în viaţă. Oricum, e mai complicată decât bărbatul...

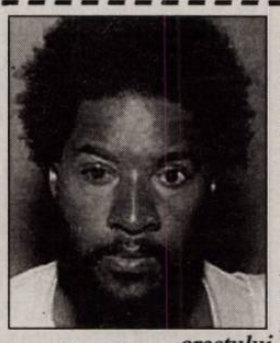
Pagină realizată de
PAUL IOAN

Un caz incredibil

Într-un cartier din Fort Lauredale (Florida), o femeie este violată şi ucisă prin strangulare. Un comisar are ideea de a face mai multe raiduri prin oraş, împreună cu alte trei femei violate în zone apropiate. La un moment dat, femeile din maşină îl recunosc pe făptaş.

Era un om al străzii cunoscut pentru brutalizări sexuale, Eddie Lee Moseley. Poliţistul îl arestează, dar nu i se intentează proces din motive de înapoiere mintală: Moseley nu ştie să scrie şi să citească, la 13 ani ajunsese abia în clasa a treia şi a fost exmatriculat. Avea un coeficient de inteligenţă între 50 şi 60, corespunzător clasificării drept „idiot". Este închis într-un sanatoriu şi eliberat după doi ani. Ei bine, acest individ redat libertăţii a ucis cel puţin 29 de femei într-un interval de 15 ani, atât timp cât justiţia din Florida nu l-a găsit vinovat de nici un delict.

Este o poveste uluitoare, relatată de un ziarist american de investigaţii, care l-a considerat suspectul numărul 1 pentru mai multe crime şi violuri din acelaşi oraş. Cu toate suspiciunile care planau asupra



lui, pentru una din crime a stat la închisoare un nevinovat, Frank Townsend, timp de 15 ani. Acesta, retardat şi el, a recunoscut „din joacă" sau „de frică" toate crimele comise de Moseley. Abia în anul 1988, pe baza unor teste ADN, Towsend a fost eliberat.

Nimeni nu şi-a pus problema de ce pe lunga perioadă a arestului lui Townsend au continuat actele barbare la adresa unor femei sărace de culoare, în acelaşi stil. Moseley este un individ uşor de recunoscut: foarte înalt şi solid, are o cicatrice după ureche şi merge cu baston, fiind şchiop.

Cum a fost posibil ca acele femei molestate de el să nu fie crezute de judecători, sau să fie parţial crezute şi Moseley internat temporar în ospiciu, de unde era eliberat cu menţiunea: nu reprezintă pericol public, dacă îşi continuă tratamentul şi vine la control o dată pe lună...

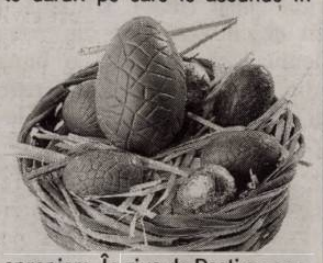
Obiceiuri de Paşti în lume

În *Australia* simbolul Paştelui este nu un iepuraş, acest animal având o proastă reputaţie aici din cauza anului nefericit în care iepurii au distrus recoltele. Pentru australieni simbolul naţional este Bibly, un cangur mic, răspândind bucurie în jur.

În *Bulgaria* după slujba de Înviere fiecare sparge câte un ou de zidurile bisericii. Ritualul continuă acasă unde ouăle sunt ciocnite între membrii familiei.

În *Ungaria* copiii găsesc sub pat cadourile de Paşti. Credincioşii poartă pe stradă statuia lui Iisus şi bannere religioase. A doua zi de Paşti băieţii stropesc fetele cu parfum şi sunt răsplătiţi cu ouă vopsite.

În *America de Nord* „iepuraşul" lasă pentru copiii familiei ouă colorate, dulciuri şi alte daruri pe care le ascunde în



apropiere. În ziua de Paşti se porneşte într-o adevărată vânătoare în căutarea lor.

În *Suedia* se crede că în această perioadă vrăjitoarele au o putere deosebită, în special cele care practică magia neagră. Cu o zi înainte de Paşti, băieţii îşi pun costume de vrăjitori şi merg la casele oamenilor unde lasă felicitări primind în schimb bani sau dulciuri.

În *Franţa* iepuraşul este înlocuit cu peşti şi clopoţei. Aceşti peşti apar încă de la 1 aprilie şi de aceea se numesc „peşti de aprilie". Copiii primesc ouă de ciocolată pe care le aruncă în sus, organizând adevărate concursuri. Cei care sparg oul ies din joc.

Muntele Măslinilor

Unul dintre cele mai venerate locuri ale lumii creştine este Grădina Ghetsimani, situată la poalele Muntelui Măslinilor de lângă Ierusalim. Numele ei vine din ebraică şi înseamnă, Grădina storcătorilor de ulei. Este locul în care s-a rugat Mântuitorul înainte de prinderea lui de soldaţii aduşi de Iuda.

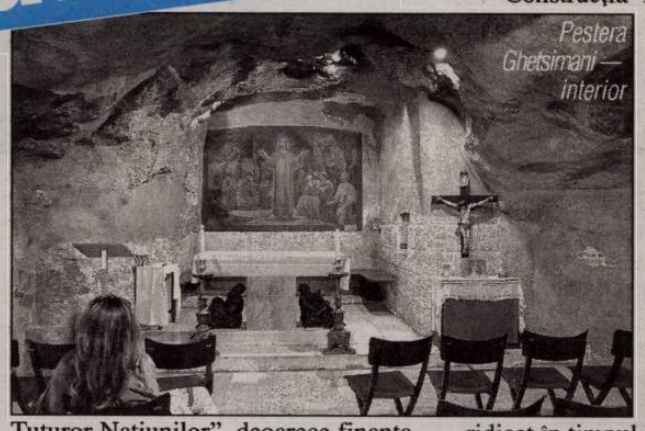
Grădina Ghetsimani

Au mai rămas câteva trunchiuri goale despre care se spune că au fost măslinii martori ai evenimentelor de atunci şi alţi câţiva măslini urmaşi direcţi ai acelora. Cel mai gros dintre ei are un diametru de 8 metri.

Vârsta măslinilor este extrem de greu de evaluat, deoarece trunchiul lor este gol, dar există unul care dă încă roade şi despre care se crede că are cel puţin 1800 de ani. Acesta este sigur unul dintre „fiii" celor care au fremătat, copleşiţi de durere la lacrimile Mântuitorului.

Alături de pâlcul de măslini, în secolul al IV-lea a fost ridicată o bazilică bizantină care însă a fost distrusă de un cutremur, în anul 746. Pe locul acesteia în secolul al XII-lea a fost construită o Capelă Cruciată, abandonată în 1345.

La iniţiativa unor călugări franciscani, între 1918-1924 a fost construită o biserică monumentală după proiectul arhitectului Antonio Barluzzi. Este numită „Biserica Agoniei" dar, în acelaşi timp este cunoscută ca „Biserica Tuturor Naţiunilor", deoarece finanţarea a fost asigurată de 12 ţări: Argentina, Belgia, Brazilia, Canada, Chile, Franţa, Spania, Germania, Anglia, Italia, Mexic şi SUA. Stemele acestor ţări sunt reprezentate pe faţadă.



Pestera Ghetsimani – interior

Construcţia îmbină elemente caracteristice bazilicilor creştine – în ceea ce priveşte faţada – cu aspecte ale arhitecturii islamice în părţile laterale şi la acoperişul cu numeroase domuri.

Are abordate cele 12 steaguri ale naţiunilor participante la construcţie şi înăuntru sunt păstrate câteva mozaicuri din primul locaş, Egeria, ridicat în timpul lui Teodosie cel Mare atât de apreciat de pelerina creştină.

Biserica are la intrare un şir de trepte. Pridvorul, larg deschis, este împodobit cu mai mulţi stâlpi, susţinând arcuri mari şi suple. Timpanul este decorat cu un mozaic modern în care Iisus este reprezentat ca mijlocitor între Dumnezeu şi oameni. Faţada este închisă de un gard de fier forjat sugerând linşte şi solemnitate. Ferestrele translucide, din alabastru, permit ca în interior să pătrundă o lumină difuză.

Cele 12 cupole ale bisericii sunt susţinute de coloane monolit. În interior fiecare dintre aceste domuri cu formă semiovoidală este decorat cu elemente şi embleme naţionale specifice ţărilor care au ctitorit acest impresionant monument.

Cel mai impresionant element al acestui locaş este piatra aflată în faţa altarului. Înconjurată de o coroană de spini, realizată din fier forjat, aceasta este considerată piatra pe care a stat Mântuitorul rugându-se pentru întreaga lume, pentru iertarea păcatelor noastre.

Absida altarului este decorată cu mozaicuri reprezentând Rugăciunea lui Iisus iar în absidele laterale se află alte asemenea lucrări pe care sunt înfăţişate momente dramatice cum ar fi „Sărutul lui Iuda" sau „Prinderea".

Interiorul nu prezintă obişnuitele sfeşnice cu lumină. Atmosfera este întunecată, strălucirea lipseşte fiindcă aici s-a întâmplat un lucru rău. Se consideră astfel că lumina a fost ucisă prin trădarea lui Iuda. Există numai câteva candele care ard undeva în apropiere de altar.

În vecinătatea bisericii se află şi peştera Ghetsimani, locul în care Mântuitorul i-a lăsat pe cei opt apostoli când a plecat împreună cu Petru, Ioan şi Iacob să se roage pe Muntele Măslinilor. În interiorul acesteia există trei altare în care sunt prezentate scene sugestive: Rugăciunea lui Iisus, Adormirea Maicii Domnului şi Sărutul lui Iuda.

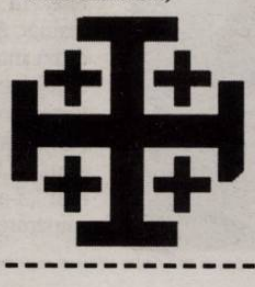
Biserica Tuturor Natiunilor

Simboluri ale umanităţii

Crucea Ierusalimului

Integrată în heraldica cruciaţilor, Crucea Ierusalimului este încărcată de simboluri. Are o formă complexă, fiind compusă din patru cruci în formă de T, reprezentare simbolică a Legii din Vechiul Testament. Acestea sunt unite între ele la capătul de jos, formând astfel o singură cruce. În spaţiile libere dintre braţele acestora sunt plasate patru cruci greceşti, de dimensiuni reduse, reprezentând împlinirea Legii prin învăţăturile lui Hristos.

Numărul lor, simbolizează, după cum susţin unii exegeţi, răspândirea cuvântului Domnului în cele patru zări.



Alţii susţin că numărul cinci, respectiv cel al tuturor crucilor, aminteşte cele cinci răni pe care le-a primit Iisus pe cruce, respectiv mâini, picioare şi coaste.

Această cruce a împodobit blazonul lui Godfrey de Bouillon, primul rege al regatului creştin al Ierusalimului.

Crinul

Florile de primăvară sunt şi ele simboluri pascale. Ele inspiră prospeţimea noului anotimp şi redeşteptarea la viaţă. La catolici unul dintre aceste simboluri prezente în biserici este crinul alb, asociat cu Sfânta Fecioară. În antichitatea romană se spunea că, în timp ce Junona alăpta, picăturile de lapte, care au căzut pe cer, au format Calea Lactee iar din cele căzute pe pământ au răsărit crinii. Legenda a fost preluată parţial de creştini într-o versiune în care, în timpul fugii în Egipt, Maica Domnului s-a oprit câteva clipe la umbra să-şi alăpteze Pruncul şi din picăurile de lapte prelinse în iarbă au apărut crinii.

Oul Pascal

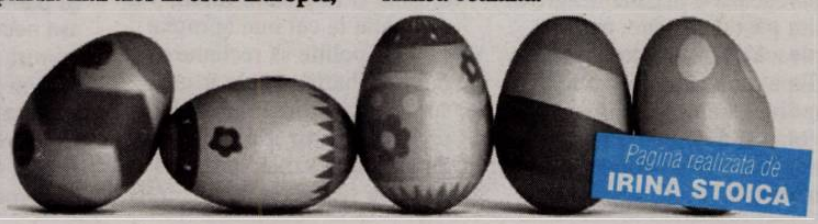
Ca simbol creştin, prin forma sa ovală, oul a fost asociat cu piatra tombală care a acoperit mormântul lui Iisus. Odată cu răspândirea creştinismului, a fost consacrat în tradiţiile pascale.

În Evul Mediu, seniorul oferea ouă tuturor slujitorilor săi şi se spune că regele Edward I al Angliei ar fi fiert şi acoperit cu foiţă de aur 450 de ouă pe care le-a dăruit supuşilor.

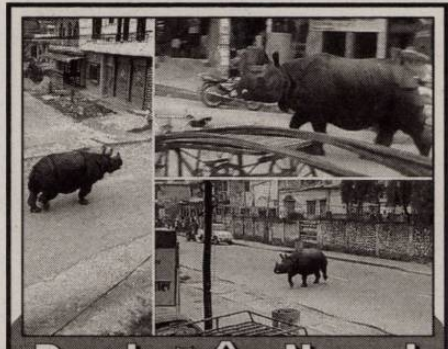
Obiceiul vopsirii ouălor de Paşti s-a răspândit mai ales în estul Europei, cu precădere la popoarele ortodoxe. Totodată a apărut şi obiceiul ouălor încondeiate, obicei care impunea o îndemânare deosebită.

Atât culorile cât şi desenele au o simbolistică aparte: soarele înseamnă noroc, florile dragoste şi ocrotire, cocoşul împlinirea dorinţelor. Toate sunt încadrate de motive geometrice: pătrate, romburi, cercuri, cruci, fundiţe.

La masa de Paşti se mănâncă mai întâi ouăle sfinţite la biserică iar la noi există superstiţia că toţi cei care ciocnesc ouă în aceste momente se vor întâlni pe lumea cealaltă.



Pagină realizată de **IRINA STOICA**



Panică în Nepal

Un rinocer furibund a dat recent buzna în localitatea nepaleză Hetauda – 135.000 de locuitori – din districtul Makwanpul. Asemenea creaturii cinematografice Hong Kong, a lovit în stânga şi în dreapta maşini, oameni, chioşcuri etc. terorizând oraşul. Animalul a ucis o femeie şi a rănit numeroase persoane. Şoferii au încercat să-i devieze traiectoria, claxonând continuu, să-l izoleze pentru a fi capturat. Fără succes. După intervenţia poliţiei înarmată cu puşti cu muniţie tranchilizantă, animalul dezlănţuit a fost culcat la pământ şi transportat în habitatul său dintr-o rezervatie.

În Nepal există mai multe rezervaţii destinate acestor mamifere care nu depăşesc 500 de exemplare. Incidente de acest gen au mai avut loc în ultimii ani dar fără ca vreo persoană să fie ucisă. Autorităţile vor contacta specialişti care să monitorizeze şi să supună unor analize medicale exemplarele – în special cele însemnate – care au un comportament agresiv.

Întâlnirile dintre rinocerii care se apropie de aşezările nepaleze sunt frecvente dar „relaţiile" animalelor cu locuitorii sunt paşnice. *(D.M.)*

Peştera „viselor albe"

Nu vorbim despre faimoasa taină subterană a lui Ali Baba, nici despre vreo descoperire senzaţională legată de o sursă nebănuită de reverie. Subiectul e cât se poate de „lumesc" şi din păcate dramatic în sine: o echipă de anchetatori americani a descoperit o grotă secretă, care era folosită pentru a se ascunde cantităţi apreciabile de droguri. Partea cu adevărat senzaţională a cazului o reprezintă însă locul descoperirii şi identitatea capului afacerii. Ei bine, peştera fusese săpată undeva, în celebrul cartier new-yorkez Brooklyn, sub o uzină a unuia dintre cei mai mari producători de lichior de cireşe din SUA, pe numele său Arthur Mondella, de 57 de ani!

Întreaga derulare a percheziţiei e demnă de un bun scenariu hollywoodian. Anchetatorii au ajuns la un moment dat într-o sală folosită pe post de garaj, unde „vedete" erau, între alte autoturisme, un Rolls-Royce, un Porsche şi o motocicletă Harley Davidson. Ei au depistat urme suspecte în dreptul unui perete plin de rafturi, astfel că, mergând mai departe, au constatat că aveau de-a face, de fapt, cu un zid fals şi o uşă secretă. Uşă care, imediat ce a

fost deschisă, a lăsat să iasă afară un puternic miros de marijuana. În acel moment, patronul Mondella, care îi însoţea pe oamenii legii, a cerut permisiunea să meargă pentru cinci minute la toaletă, însă la numai după câteva clipe s-a auzit un foc de armă şi acesta a fost găsit mort prin împuşcare.

Sinuciderea neaşteptată a cunoscutului om de afaceri nu a stopat percheziţia, astfel că în spatele zidului secret s-au descoperit peste 36 kilograme de droguri. Încăperea respectivă era plină de camere de supraveghere, detectori de mişcare şi bariere de sârmă ghimpată.

Mondella era cunoscut şi pentru faptul că rămânea în uzina ce servea drept acoperire pentru afacerea ilegală (şi care aparţinea familiei sale de trei generaţii) până şi 20 de ore pe zi; ca „să lucreze" – spuneau toţi cei care îl credeau un om respectabil. Totuşi, ultimul său gest a confirmat implicarea sa în crima organizată, iar o sursă a poliţiei a susţinut chiar că bărbatul „ştia că mafia îl va ucide" în urma respectivei percheziţii şi de aceea a ales să-şi pună singur capăt zilelor. Un episod sumbru şi cutremurător din zona maleficului ce stăpâneşte o bună parte din lumea de azi şi care pare tot mai greu de contracarat pe căi legale. *(A.N.P.)*

Aventură nocturnă

Micuţa Annabelle, o fetiţă de numai 4 ani din Tacony, Pensilvania, SUA le-a produs părinţilor o spaimă pe care nu credeau s-o trăiască vreodată. Fetiţa s-a trezit la ora 3 dimineaţa şi s-a furişat afară din casă, hotărâtă să meargă să-şi cumpere o băutură răcoritoare.

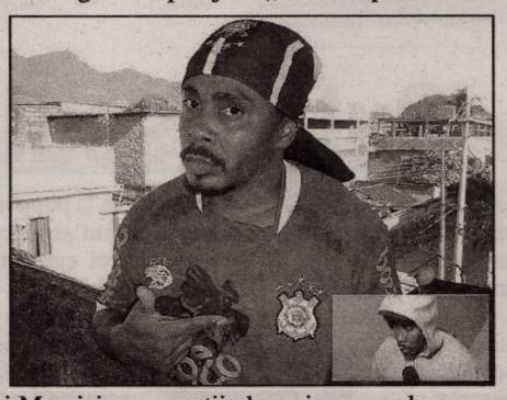
Faptul că în zonă autobuzele circulă toată noaptea a ajutat-o să-şi pună hotărârea în aplicare. S-a urcat imediat şi s-a aşezat pe un loc liber. Şoferul a văzut-o discutând cu alţi pasageri înainte de a coborî singură şi, îngrijorat, a anunţat poliţia.

Copilul a fost imediat găsit şi adus acasă, unde părinţii se treziseră şi o căutau cu disperare. După ce au mulţumit poliţiştilor au achitat băutura fetiţei pe care o plătiseră oamenii legii.

Au avut o discuţie serioasă cu fiica lor, care le-a promis că nu va mai încerca asemenea escapade, dar şi-au luat şi câteva măsuri prin montarea unor încuietori care să nu poată fi desfăcute uşor. *(I.S.)*

Revolta hoţului prădat de hoţi

Se spune că orice naş îşi găseşte naşul, ceea ce se aplică oricui, deci şi infractorilor mai mari sau mai mici. În cele ce urmează nu vom vorbi însă despre răfuielile, deloc rare, dintre borfaşi sau dintre bandele de ticăloşi. Cazul relatat e aproape incredibil şi, pe de altă parte, ar putea face subiectul unui episod de comedie, mai ales că întreg filmul derulării sale există la propriu, surprins de o cameră de supraveghere instalată în faţa unei farmacii din Sao Paulo.



Se ştie că în metropola sud-americană criminalitatea se situează la cote foarte ridicate, aşa că intenţia tânărului Mauricio Ferro zis „Bagulinho" de a prăda o farmacie ar fi putut intra la capitolul găinării. Asta, în caz că ar fi fost dusă până la capăt. Pe camera video din faţa farmaciei se vede cum, la o oră oarecare din noapte, Bagulinho parchează o maşină neagră la doi paşi de intrare, apoi pleacă să-şi facă treaba. Nu după mult timp însă, un alt individ s-a urcat frumuşel la volan şi a demarat, înainte ca omul nostru să afle ce i se întâmplă.

În fine, ieşit afară cu o sacoşă plină cu banii găsiţi în farmacie, acesta a rămas câteva clipe în loc, stupefiat de dispariţia maşinii, învârtindu-se oarecum disperat prin faţa camerei video. Ei bine, acum intervine al doilea episod demn de cascadorii râsului, a cărui victimă a fost acelaşi Bagulinho. Un alt hoţ, aflat în preajmă (şi, foarte probabil neştiind cu cine avea de-a face), a trecut în fugă pe lângă Bagulinho, smulgându-i din mână punga cu prada proaspătă. Dar încă nu e totul!

Sezonul doi: hoţul-păgubaş, efectiv isterizat de măgăriile care-l lăsaseră fără maşină şi fără banii furaţi, s-a prezentat la cel mai apropiat post de poliţie să reclame dubla tâlhărie. Acolo însă – surpriză: patronul farmaciei predate, avertizat de sistemul de alarmă, tocmai venise să reclame spargerea, iar întâlnirea cu Bagulinho a lămurit rapid situaţia, astfel că infractorul reclamant s-a trezit repejor cu cătuşele la mâini.

Totuşi, antologic rămâne dialogul său cu reporterul Aderson Freitas, înregistrare transmisă de altfel pe un post de televiziune local. Lăsând deoparte orice încercare de a poza în victimă inocentă, hoţul afirmă foarte furios: „Din cauza hoţilor care-s peste tot, în ziua de azi nici să furi în linişte nu mai poţi. Te duci la furat şi te-ntorci acasă mai sărac decât ai plecat!" Apoi, la întrebările jurnalistului dacă maşina era nouă, dacă abia o cumpărase, tânărul afirmă cu o nonşalanţă dezarmantă: „Glumeşti? Abia o furasem de o zi şi tocmai începusem să mă obişnuiesc cu ea. Şi-acuma, uite, mi-au furat-o!"

Mă rog, revolta lui Bagulinho este, să recunoaştem, perfect justificată. Atâta doar că ea e făcută de pe poziţia infractorului prăduit de alţii de teapa lui. Dar asta se întâmplă şi la case mai mari. Şi parcă nici nu ne e chiar aşa necunoscut fenomenul: lucruri similare vedem cam în fiecare zi la televizor, cu de-alde „Bagulinho" dâmboviţeni ce se fură şi se toarnă reciproc... *(A.N.P.)*

O plimbare cu Fram prin Tokyo

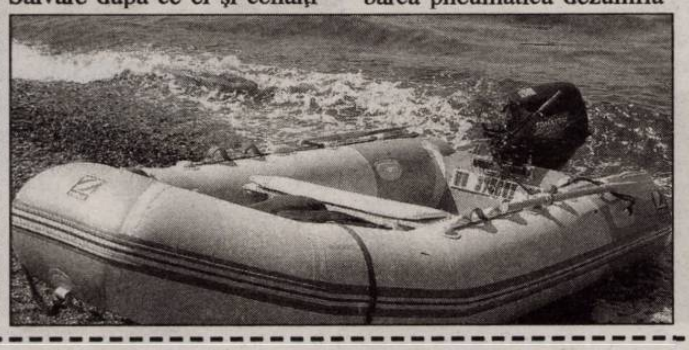
Una dintre cele mai mari şi mai aglomerate metropole ale lumii, fabuloasa capitală niponă Tokyo, a fost nu demult martora unui fapt divers deloc comun, totuşi: o tânără foarte atrăgătoare, occidentală după trăsături, a ieşit la plimbare pe străzile cartierului Shibuya ducându-şi în lesă animalul de companie. Cel puţin, în lipsa altei explicaţii, asta e ceea ce au crezut martorii stupefiaţi, atraşi mai mult de făptura ce-şi urma cu docilitate stăpâna, decât de femeia însăşi, nici ea deloc de neglijat! Mă rog...

Insolitul momentului (pe care mulţi s-au grăbit să-l imortalizeze cu telefonul mobil ori cu aparatul foto, într-o binecunoscută „tradiţie" modernă niponă, dacă se poate spune astfel) l-a constituit faptul că masivul şi blănosul însoţitor era un ditamai ursul polar.

Nu a durat mult şi pe reţelele de socializare au apărut o droaie de internauţi căutând febril explicaţia acelei apariţii şocante. De menţionat că tânăra blondă nu a rostit nici un cuvânt pe parcursul plimbării sale publice, iar bărbaţii mascaţi care secondau bizarul cuplu nu au putut fi nici ei identificaţi. Un indiciu minor a făcut însă lumină, ceva mai târziu, în toată această misterioasă imagine mai degrabă de divertisment: cuvântul LALSH, înscris pe pantalonaşii minioni ai femeii. Iar unul dintre „navigatori" a declarat că a găsit şi răspunsul. Astfel, LALSH ar fi o organizaţie rusă care se ocupă de protecţia animalelor, iar plimbarea blondei prin Tokyo alături de falnicul Fram ar fi făcut parte dintr-o campanie publicitară de amploare. Oricum, la momentul respectiv trebuie să fi fost o campanie de mare succes! (A.N.P.)

Cum să reanimezi o... barcă!

Un muncitor care lucra într-un şantier naval din Vannes, Franţa, în apropierea căruia se aflau cluburi de noapte, a telefonat la poliţie şi la Salvare după ce el şi ceilalţi lucrători au observat comportamentul bizar al unui tânăr coleg, în vârstă de 22 de ani, care încerca, după cum a declarat, să „reanimeze" o barcă pneumatică dezumflată, făcându-i „masaj cardiac" şi suflând într-un orificiu pentru a-i infuza oxigen. Să-i redea viaţa!



L-au împiedicat cu greu să continue tratamentul de „reanimare" pentru că era într-o stare avansată de ebrietate. În următoarele clipe a leşinat. Şi-a revenit pe deplin, după intervenţia medicilor în ambulanţă şi la spital. S-a întors a doua zi la muncă unde, şeful şantierului, după ce i-a spus: „Bine-ai venit sănătos!", i-a înmânat un plic cu o mustrare... *(D.M.)*

JEAN-PAUL BELMONDO

sau despre frumoşii urâţi ai marilor oraşe

N-a fost nici frumos ca Delon, nici maiestuos ca Gabin. Cu nasul său turtit, cu ochii bulbucaţi, zâmbetul strâmb şi fruntea îngustă, Jean-Paul Belmondo ar fi putut fi un Quasimodo excelent. În schimb, a jucat numai roluri de macho, pe ecran şi în viaţă, iar femeile l-au adorat, pentru farmecul deosebit care se ascundea în spatele unui chip de satir.

În „Stavisky"

Astăzi, „băiatul rău" al cinematografului francez împlineşte venerabila vârstă de 82 de ani şi de aceea ne-am gândit să vă oferim câteva picanterii, mai puţin ştiute, despre viaţa şi cariera celui poreclit „Bebel".

Născut pe 9 aprilie 1933, la ora 9 dimineaţa, este Berbec cu ascendent în Gemeni.

Tatăl lui a fost un sculptor de origine italiană. De la el, Jean-Paul a moştenit nu doar numele, ci şi firea bătăioasă.

La şcoală, a fost un elev mediocru, care-şi pocnea colegii la cea mai mică dispută; certat cu cartea şi cu disciplina, el visa să ajungă boxer.

Pe 10 mai 1949 şi-a făcut debutul în box, făcându-l KO pe adversar încă din prima repriză.

Deşi nimeni nu-l credea în stare, intră la Conservatorul de Artă Dramatică din Paris şi studiază drama, lucrând, în prima jumătate a anilor 50, în teatru.

În 1953 s-a căsătorit cu Elodie Constantin, cu care a avut trei copii: Patricia, Florence şi Paul. Astăzi, actorul este mândrul bunic a şase nepoţi.

În „Pierrot Nebunul"

Rolul care l-a transformat într-o stea a fost cel din „Cu sufletul la gură" (1960), al lui Jean-Luc Godard, unul dintre primele filme ale „noului val francez", în care Belmondo joacă, evident, rolul unui... delincvent! Succesul este instantaneu şi în Franţa are loc un val de infracţiuni comise de tineri teribilişti, fapt ce-i determină pe psihologi să vorbească despre o „epidemie de belmondism".

Patru ani mai târziu, Godard îl va distribui din nou în „Pierrot Nebunul", o altă peliculă care va stârni vâlvă.

În 1963 a fost ales preşedintele al Sindicatului Actorilor Francezi.

În 1966 a avut o idilă cu actriţa Ursula Andress, din cauza căreia a divorţat.

Este singurul actor francez de prestigiu care a jucat într-un film din seria „James Bond – Casino Royal" (1967); de asemenea, e unul dintre singurii actori care şi-a realizat singur toate cascadoriile în filme, neacceptând să fie dublat.

Printre cascadoriile făcute, amintim: a plutit, agăţat cu o funie de un elicopter, deasupra Parisului, s-a bătut şi rostogolit pe acoperişul unei clădiri cu şase etaje, a filmat alături de un tigru bengalez.

Primul succes comercial l-a avut cu „Omul din Rio", film care marchează debutul unei fructuoase colaborări cu regizorul Philippe de Broca.

Cea mai bună performanţă actoricească a lui Belmondo e considerată, de către critici, cea din capodopera lui Alan Resnais, „Stavisky" (1974).

Fiul actorului, Paul Belmondo, e un cunoscut pilot de curse automobilistice.

Fiica mai mare, Patricia, a murit în 1994, în urma unui incendiu.

În 1989, când avea 56 de ani, s-a îndrăgostit lulea de Nathalie Tardivel, care avea doar 24. Cei doi s-au căsătorit, oficial, abia în 2002. Interesant e faptul că Nathalie îl cunoştea de când avea 10 ani şi i-a cerut un autograf lui Belmondo.

În 2001 a suferit un atac cerebral în urma căruia şi-a pierdut, parţial, capacitatea de a vorbi, şi timp de opt ani nu a mai apărut în niciun film.

Pe 13 august 2003, când avea 70 de ani, i s-a născut al patrulea copil, o fiică, Stella Eva Angelina.

În 2008 a divorţat de Nathalie Tardivel, după ce s-a îndrăgostit de un fost „iepuraş Playboy", Barbara Gandolfi. Presa de scandal a dezvăluit că aceasta fusese damă de companie şi ar fi mărturisit unor prietene că stă cu Belmondo numai pentru bani. Actorul a luat în râs toate aceste alegaţii.

Alături de Sophia Loren în „La Ciociara"

În iunie 2009, a fost acuzat de spălare de bani, împreună cu Gandolfi, iar autorităţile i-au îngheţat toate conturile bancare şi i-au confiscat colecţia de ceasuri.

A fost pe rând Cavaler, Ofiţer şi Comandor al Ordinului Naţional de Merit, cea mai importantă distincţie culturală franceză, dar este, din 2007, şi Comandor al Legiunii de Onoare.

În 2010, a primit un Oscar pentru întreaga carieră cinematografică.

PORTRET

Constantin Diţă

Născut la Bucureşti, pe 27 februarie 1980, Constantin Diţă — „Costi", pe numele lui de „artist" — a absolvit în anul 2005 Universitatea de Artă Teatrală şi Cinematografie I.L.Caragiale, Facultatea de Teatru, specializarea Arta Actorului. În prezent, este cunoscut pe micile ecrane mai ales pentru rolul Giani, din serialul „Las Fierbinţi" şi se numără, fără doar şi poate, printre cei mai talentaţi şi mai îndrăgiţi actori ai tinerei generaţii.

La 35 de ani, Costi Diţă se poate mândri cu zeci de apariţii în piese de teatru şi filme de lungmetraj care s-au bucurat de succes nu numai în ţară, ci şi peste hotare („Hârtia va fi albastră", „Restul e tăcere", „Poliţist, adjectiv" etc.). Mai mult decât atât, actorul a cochetat şi cu alte segmente ale domeniului, semnând regia tehnică a producţiei anului 2006 „Un acoperiş deasupra capului" şi scenariul pentru show-ul de televiziune „Ambientalia".

Chiar dacă îl interpretează foarte convingător pe cocalarul Giani din serialul „Las Fierbinţi", Costi Diţă ne asigură că între el şi personajul din film nu mai există nicio asemănare în afară de faptul că amândoi sunt bărbaţi. Ba chiar actorul declară că îşi urăşte personajul — poate acesta e şi motivul pentru care îl joacă atât de bine! De la stilul vestimentar, până la felul în care îşi aranjează părul ori vorbeşte, totul este opus gusturilor tânărului actor. Într-un interviu, Costi mărturisea că, pe durata filmărilor la serial, a fost un adevărat chin să-şi ascundă freza ciufulită şi vopsită în şuviţe blonde sub şapcă, iar când avea spectacol la teatru îşi vopsea părul în negru, culoarea lui „din naştere".

Costi Diţă este fericit nu numai prin prisma profesiei pe care o are, ci şi în viaţa de familie. Are o soţie care îl iubeşte, îl înţelege şi acceptă să îl împartă cu actoria şi un băieţel de 5 ani, cu care încearcă din răsputeri să petreacă mai mult timp şi căruia îi citeşte în fiecare seară poveşti.

Pagină realizată de
GABRIEL TUDOR

Colţul cu litere

Un război de la care se aşteaptă Mântuirea

Nu vorbim despre o confruntare asimetrică între maşini sofisticate care lansează bombe chirurgicale peste combatanţi şi civili laolată, vorbim despre o capodoperă literară: *Războiul sfârşitului lumii,* romanul lui Mario Vargas Llosa este, alături de *Un veac de singurătate* al lui Gabriel Garcia Marques, o capodoperă a literaturii universale, cel mai frumos roman scris în limba spaniolă, ea însăşi cea mai frumoasă limbă de pe Pământ.

Capodopera lui Vargas Llosa, *Războiul sfârşitului lumii* este un turn uriaş care se construieşte din aluviuni pentru a atinge perfecţiunea. Romanul are la bază un eveniment real din istoria Braziliei: sfârşitul secolului al XIX-lea aduce la Canudos, ţinut sărac din nord-estul ţării, sângeroasa revoltă a unei secte milenariste conduse de Antonio Sfătuitorul — conflict civil dramatic în care au pierit aproape 20000 de oameni. Însă pe firul naraţiunii graniţa dintre istorie şi mit se topeşte şi, până la urmă, dispare cu totul: pentru rebelii de la Canudos republica se preschimbă-n Antihrist, războiul pe care-l poartă capătă proporţii apocaliptice, iar de la Sfătuitor, căpetenia lor, aşteaptă cu disperare, ca de la un nou Mesia, mântuirea. „Omul era înalt şi atât de slab, încât părea mereu văzut din profil. Avea pielea smeadă, oasele proeminente, iar ochii îi ardeau cu foc nestins. Purta sandale de păstor şi tunică vineţie", aşa îşi descrie Llosa personajul principal, Sfătuitorul.

În anul 2000, la Londra scria un Cuvânt înainte pentru ediţia engleză a romanului: „Nu aş fi scris acest roman fără Euclides da Cunha, a cărui carte *Os Sertões* mi-a dezvăluit, în 1972, războiul din Canudos, un personaj tragic şi totodată pe unul dintre cei mai mari povestitori latino-americani. De la scenariul cinematografic pe care l-am schiţat ca embrion al întregii lucrări (şi care până la urmă n-a mai fost transformat în film) şi până la punctul final pe care l-am pus opt ani mai târziu, romanul acesta m-a făcut să trăiesc una dintre cele mai bogate şi mai exaltante aventuri literare, prin biblioteci de la Londra şi Washington, prin arhive colbuite din Rio de Janeiro, Salvador şi prin câmpiile fierbinţi din Bahía şi Sergipé. Însoţit de prietenul meu Renato Ferraz, am străbătut toate satele pe unde, potrivit legendei, a propovăduit Sfătuitorul şi acolo i-am auzit pe localnici discutând cu înflăcărare despre Canudos, de parcă tunurile băteau încă în reduta rebelă, iar Apocalipsa se putea dezlănţui oricând în pustietăţile acelea semănate doar cu pomi fără frunze, morţi, uscaţi, chirciţi, plini de spini.

Pe dealuri ne ieşeau dinainte vulpi şi întâlneam în drumul nostru oameni despuiaţi, sihaştri şi rapsozi care depănau legende medievale. Pe locul unde odinioară se ridicase Canudos, acum se lăţea un lac artificial pe ale cărui maluri găseai cartuşele goale şi obuzele ruginite ale cumplitelor încleştări".

Pentru cine n-a apucat să citească această capodoperă literară a secolului XX, reeditarea la editura Humanitas Fiction este un lucru mai mult decât binevenit, este un eveniment editorial.

Mario Vargas Llosa are o biografie incendiară: s-a născut în 1936 la Arequipa, în Peru, şi a copilărit în Bolivia împreună cu mama şi bunicii materni, închipuindu-şi că tatăl lui murise şi că fusese un erou. În realitate, la cinci luni după căsătorie, acesta îşi părăsise soţia însărcinată şi avea să-şi revadă fiul abia zece ani mai târziu, când Mario se va întoarce în Peru.

Între 1950 şi 1952 urmează cursurile unei şcoli militare din Lima — experienţă descrisă în primul roman, *Oraşul şi câinii.* În 1955 se căsătoreşte cu o mătuşă, Julia Urquidi, provocând un mare scandal în familie, şi divorţează de ea în 1964, pentru ca, un an mai târziu, să se însoare cu verişoara lui, Patricia. Între timp, lucrase în Franţa ca profesor de spaniolă şi jurnalist. După o tinereţe în care se apropiase de comunism, ia distanţă faţă de Fidel Castro, ba chiar îl acuză pe Gabriel García Márquez, odinioară prieten, de servilism. Călătoreşte, predă la universităţi din America şi Europa, devine scriitor celebru prin forţa epică, luciditatea şi ironia sa. În anul 2010, Academia Suedeză i-a acordat lui Mario Vargas Llosa Premiul Nobel pentru literatură.

În fine, să nu uităm ca Llosa avea să participe, ca liberal din partea *Frente Democrático* la prezidenţialele din Peru pe care le-a pierdut în faţa contracandidatului său, Alberto Fujimori, dar a rămas în memoria media cu o afirmaţie care a făcut înconjurul lumii „Mexicul este dictatura perfectă".

Literatura română a avut privilegiul de a se îmbogăţi cu traduceri din aproape toate marile romane ale scriitorului peruvian, încă din anii 90. Astfel, la Humanitas au apărut printre altele *Oraşul şi câinii* (1992), *Povestaşul* (1992), *Mătuşa Julia şi condeierul* (2000), *Casa Verde* (2006), *Conversaţie la Catedrală* (2014), *Sărbătoarea Ţapului* (2014).

GEORGE CUŞNARENCU

O boală cu cauze necunoscute, ţinută în frâu

Vorbim despre ***psoriazis,*** maladie necontagioasă considerată în continuare imposibil de eradicat, deoarece nu i se cunosc originile exacte. Partea pozitivă, în caz că boala s-a instalat fiind diagnosticată cu certitudine, este că manifestările ei pot fi ameliorate şi ţinute sub control. Unul dintre factorii decisivi în această direcţie este, potrivit sfatulmedicului.ro, dieta. Astfel, alimentaţia optimă în caz de psoriazis este cea bazată pe consumul cât mai multor fructe şi legume.

Introduceţi în dietă cât mai mulţi antioxidanţi, vitaminele C şi E, betacaroten, zinc şi seleniu. Antioxidanţii au efect pozitiv asupra pielii, întrucât o protejează de stresul oxidativ provocat de radicalii liberi, care sunt asociaţi cu inflamaţia pielii prezentă în psoriazis; acelaşi efect îl au zincul şi seleniul. Prin urmare, consumaţi roşii, morcov, ardei gras, legume verzi şi fructe proaspete.

Uleiul de peşte conţine cantităţi mari de acizi graşi esenţiali Omega-3 şi astfel poate îmbunătăţi starea pielii şi a unghiilor şi reduce inflamaţia celulelor. Surse recomandate de ulei de peşte sunt somonul, macroul, heringul şi sardinele. În schimb, grăsimile din lactate şi carnea grasă de porc sau pui pot provoca inflamaţii.

O dietă fără astfel de grăsimi ajută la controlul simptomelor psoriazisului şi de aceea, dacă doriţi să consumaţi astfel de alimente, optaţi pentru cele care conţin cât mai puţine grăsimi. În acelaşi timp, s-a demonstrat ştiinţific că bolnavii de psoriazis au un risc crescut de a dezvolta boli cardiovasculare. De aceea, o dietă cu mai puţine grăsimi este benefică şi pentru evitarea apariţiei bolilor cardiovasculare.

Plăceri culinare care inhibă plăcerile afective

La nivel metaforic, între sentimentul de dragoste natural dintre bărbat şi femeie şi zahăr sau orice alt aliment dulce s-a creat întotdeauna o legătură strânsă la modul pozitiv. Lucrurile însă nu stau deloc astfel şi nu ne referim doar la principiul universal valabil exprimat prin zicala „ce e mult nu e bun", ci la efecte nedorite ale consumului excesiv de zaharuri asupra vieţii intime. Pentru că, potrivit specialiştilor, consumul ridicat de zahăr afectează viaţa sexuală, dar nu fiindcă adaugă kilograme în plus la siluetă, ci pentru că determină dezechilibre hormonale.

Dezechilibrul hormonal nu e „dulce"

E util să ştim că zahărul se transformă în ficat, în momentul în care acesta este „inundat" de glucoză şi de fructoză. Zahărul se transformă în lipide care, odată produse în exces, afectează producţia de SHGB (sex hormone binding globulin). Acest hormon este în realitate o proteină sintetizată la nivelul celulelor hepatice şi eliberată în sânge, rolul său principal fiind să lege androgenii şi estradiolul circulant. Aşadar, producţia de SHGB influenţează nivelurile hormonilor testosteron şi estrogen, al căror echilibru este esenţial pentru o viaţă sexuală împlinită. Pe scurt, SHGB leagă testosteronul şi estrogenul şi eliberează hormonii în circulaţia sangvină. Corpul uman foloseşte producţia de SHGB pentru a controla eliberarea de estrogen şi testosteron. Prea mult zahăr consumat duce la o producţie prea mare de SHGB, fapt care generează un dezechilibru hormonal între testosteron şi estrogen. Acest dezechilibru se traduce prin pierderea apetitului sexual, scăderea energiei, creşterea riscului de apariţie a chisturilor ovariene, a disfuncţiilor erectile, a apariţiei cancerului uterin la femei şi a celui de prostată la bărbaţi, dar şi la amplificarea riscului de apariţie a bolilor de inimă, a diabetului, a creşterii în greutate, a infertilităţii şi a sterilităţii. Unele persoane care suferă de dezechilibru hormonal pe fondul consumului excesiv de zahăr pot avea şi pilozitate excesivă la nivelul feţei.

Dozaje şi limite

Prima întrebare pe care şi-o pun, probabil, cei mai mulţi consumatori este cât zahăr ar trebui să consumăm zilnic, pentru a acoperi necesarul şi a nu ne pune sănătatea în pericol, dar şi de ce depăşim limita. Nu întâmplător, medicii, nutriţioniştii şi oamenii de ştiinţă au emis avertismēnte în legătură cu consumul prea mare de zahăr. Acesta este considerat chiar mai periculos decât alcoolul şi ţigările, fiind denumit „ucigaşul tăcut" din regimul alimentar de zi cu zi. Recomandarea medicilor în ceea ce priveşte consumul ideal de zahăr pe zi este să nu depăşim 5 linguriţe pe durata a 24 de ore.

Chiar dacă bem cafeaua sau ceaiul neîndulcite, mulţi dintre noi avem un consum mai mare de zahăr, provenit din alte produse mâncate pe parcursul zilei, de la dulciuri la preparate care, la gust, nu sunt dulci. Spre exemplu, 100 de grame de biscuiţi Oreo conţin 7 linguriţe de zahăr, 100 de grame de ciocolată Lion conţin 10 linguriţe de zahăr, în timp ce o doză de băutură carbogazoasă tip cola conţine 5 linguriţe de zahăr, pe lângă coloranţi şi arome. Însă nu doar asemenea produse dulci conţin zahăr în exces, ci şi sosurile, dressingurile pentru salate, muştarul şi ketchupul. La fel stau lucrurile şi în cazul iaurturilor, mai ales cele light. Deşi au conţinut scăzut de grăsimi, acestea au cantităţi mari de zahăr.

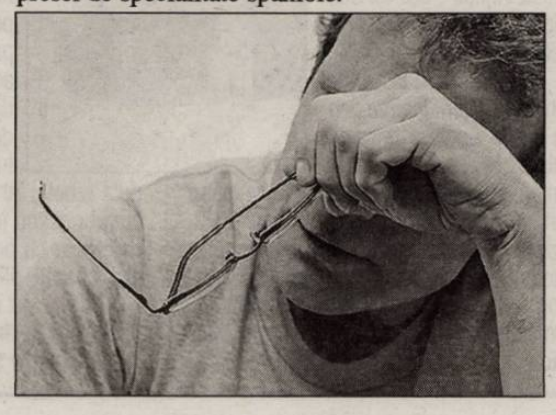
Nu te omoară, dar...

O vorbă veche referitoare la obiceiuri sau alte tipuri de influenţe nocive asupra sănătăţii spune cam aşa: Nu te omoară, dar nici nu te lasă să trăieşti.

O astfel de afecţiune a vremurilor moderne, pe care, desigur, le trăim cu toţii, se răsfrânge foarte neplăcut şi periculos asupra tinerilor, pe care îi transformă – funcţional vorbind – în veritabili „octogenari". Aparent, e ceva banal: o stare de oboseală generalizată, profundă, prelungită şi repetată. Ea poartă însă şi un nume; corect definit, dar nu şi foarte explicit: sindromul oboselii cronice (SOC). Acesta este atât de sever, încât interferează cu orice activitate şi nu se vindecă doar dormind.

Simptomele sindromului oboselii cronice sunt atât fizice, cât şi intelectuale, iar cauzele constituie încă un mister pentru specialişti. De vină pot fi sistemul imunitar slăbit, deficienţele nutriţionale şi chiar infecţiile virale. S-au iniţiat, de asemenea, câteva studii care să demonstreze ipotezele potrivit cărora SOC are legătură directă cu tulburările de somn, anemia, tensiunea arterială scăzută şi disfuncţii ale metabolismului. Sindromul reduce activitatea pacientului într-o proporţie de 50% până la 80% faţă de toate activităţile pe care le realiza înainte. Calitatea vieţii este mai proastă chiar şi decât cea a persoanelor infectate cu HIV, arată experţii. SOC afectează mai mult femeile decât bărbaţii, în primul rând pe cele cu vârste cuprinse între 40 şi 50 de ani.

Medicii afirmă că atunci când au de-a face cu un astfel de pacient, acesta reclamă faptul că nu mai poate să meargă şi rămâne blocat în mijlocul străzii. Aceasta, nemaivorbind despre oboseala cognitivă. Suferinzii de SOC acuză foarte multă oboseală, care nu se poate rezolva prin somn. Ei încep să aibă tulburări de memorie şi de concentrare, dureri musculare şi de cap foarte puternice. Una dintre problemele principale ale bolii este diagnosticarea cu dificultate. Ceea ce pot face medicii este să excludă toate bolile cunoscute (cum ar fi cancerul, diabetul, hepatita, tuberculoza sau depresia) şi apoi să identifice adevărata problemă. Lipsa informaţiilor despre această boală o face subdiagnosticată, iar atunci când este depistată e destul de târziu şi pacientul se confruntă deja cu mari probleme. Există unele tratamente pentru SOC, dar din păcate sunt aproape inaccesibile pentru omul de rând. Ne referim la vitamine şi suplimente probiotice care ajung să coste între 200 şi 600 de euro pe lună, potrivit presei de specialitate spaniole.



PE SCURT

despre sănătatea dumneavoastră

Una dintre maladiile foarte răspândite care încă nu şi-au aflat o formulă vindecătoare cu adevărat este hipertensiunea arterială (HTA), care poate avea la origini numeroase obiceiuri nesănătoase. Iată însă că, parcă pentru a confirma din nou dificultatea extremă de abordare a bolii, specialiştii au depistat recent şi cauze foarte puţin previzibile. În principiu, ştim despre consumul excesiv de sare şi alcool ori despre stres că reprezintă cauzele cele mai cunoscute ale instalării HTA. Cum s-ar spune, inamici cunoscuţi, de care ne mai putem feri. Ce ne facem însă când pericolul vine de unde nu ne aşteptăm? Să vedem mai întâi care pot fi aceştia!

Excesul de zahăr este dăunător pentru talie, dar şi pentru tensiunea arterială. Specialiştii spun că, de fapt, zahărul este mai dăunător decât sarea în ceea ce priveşte sănătatea inimii. De vină este mai ales fructoza, care se găseşte de obicei în alimente procesate şi în băuturi. The American Heart Association (AHA) le recomandă femeilor să nu depăşească un consum zilnic de 6 linguriţe de zahăr (100 de calorii), iar bărbaţilor — 9 linguriţe de zahăr (150 de calorii). De exemplu, o cutie de băutură acidulată non-alcoolică poate conţine peste 9 linguriţe de zahăr.

Potrivit unui nou studiu, ***bisfenolul A,*** prezent în compoziţia ambalajelor din plastic, poate contamina alimentele şi băuturile

Vasele sangvine sub foc încrucişat

din aceste recipiente, determinând instalarea bolilor cardiace şi a hipertensiunii. Specialiştii recomandă folosirea ambalajelor şi recipientelor fără bisfenol A (cele de sticlă, porţelan, oţel etc.).

Apneea de somn (oprirea respiraţiei în timp ce dormim) are drept caracteristică lipsa mişcărilor muşchilor respiratorii. Este o boală gravă, care pune în pericol viaţa, iar incidenţa ei este relativ mare. Printre efectele directe se numără şi hipertensiunea, iar specialiştii spun că schimbările stilului de viaţă (pentru menţinerea unei greutăţi normale, operaţii chirurgicale, dispozitive de asistenţă respiratorie) pot fi de mare ajutor.

Anumite ***medicamente*** pot creşte şi ele tensiunea arterială. Printre acestea se numără paracetamolul administrat zilnic, ibuprofenul, naproxenul, anumite antidepresive, suplimente alimentare (ginseng, lemn dulce etc.), decongestionante, inhalante şi altele.

Afecţiuni ale tiroidei — mai precis, ***hipotiroidia*** poate provoca hipertensiune arterială. Potrivit unor studii de specialitate, variaţiile în secreţia de hormoni contribuie la creşterea nivelului de calciu din organism, efect care este asociat cu hipertensiunea arterială.

Specialiştii recomandă, de asemenea, ***evitarea băilor fierbinţi şi a saunei,*** mai ales în condiţiile în care această maladie a fost deja diagnosticată. Respectivele obiceiuri legate în primul rând de igiena corporală provoacă şi dilatarea vaselor sangvine, efect constatat şi în cazul plimbărilor cu consum mare de energie, de exemplu. Dacă medicul a recomandat evitarea activităţilor fizice moderate, atunci trebuie să se renunţe şi la băile fierbinţi.

Nu în ultimul rând, însă foarte surprinzător pentru multe persoane, trebuie să includă între cauzele importante ale HTA şi ***singurătatea!*** Un studiu desfăşurat pe o perioadă de 5 ani la Universitatea din Chicago a arătat în premieră o relaţie directă între singurătate şi HTA în rândul persoanelor cu vârsta de peste 50 de ani.

Pagini realizate de

ADRIAN-NICOLAE POPESCU

Remedii naturale

„HRANA PERFECTĂ” cea de toate zilele

Nu e câtuşi de puţin o simplă figură de stil: lumina chiar constituie o hrană veritabilă pentru organismul nostru şi, de altfel, pentru orice tip de organism terestru viu (cu singura excepţie cunoscută în lume, aceea a formelor de viaţă descoperite în peştera Limanu, din Dobrogea).

Lăsăm aşadar deoparte, deocamdată, sensul atât de profund al folosirii luminii ca hrană spirituală, pentru a vă oferi câteva repere în ceea ce priveşte terapia cu acest „leac” universal curat sută la sută, inepuizabil şi... absolut gratuit.

Nu înainte de a menţiona că, potrivit tuturor specialiştilor, practic cea dintâi sursă de lumină folosită în tratamentele medicale a fost lumina solară, procedură cunoscută astăzi ca helioterapie. Primele dovezi atestă ca aceasta a fost utilizată ca atare încă din jurul anului 1400 î.Ch. Mult mai aproape de zilele noastre, în 1893, medicul danez Niels Finsen a dezvoltat unul dintre primele aparate capabile să producă aşa-zisa „lumină solară sintetică”. De altfel, în 1903 el a primit Premiul Nobel (medicină) pentru cercetările sale în domeniul terapiei cu lumină şi rezultate terapeutice excepţionale în tratarea a peste 950 de pacienţi care sufereau de *lupus vulgaris*.

Dar cum ne poate „hrăni” organismul emisia acestei forme de energie? S-a demonstrat că, atât lumina vizibilă, cât şi cea infraroşie produc schimbări pozitive la nivel celular. Când este aplicată pe piele, stimulează structurile intracelulare fotosensibile şi biomoleculele, ea generând reacţii celulare în lanţ şi răspunsuri secundare, care nu se limitează la suprafaţa de piele tratată, ci cuprind întregul organism.

Şi, pentru că ne aflăm la perioada de trecere de la sezonul rece la cel cald (sau, dacă vreţi, de la întunericul prelungit al nopţilor hibernale la zilele însorite de vară), să vedem cum putem folosi – în mod automat, am putea spune – această nepreţuită hrană a vieţii sănătoase. Unele persoane descoperă că mănâncă şi dorm ceva mai mult în timpul iernii şi detestă dimineţile întunecate şi zilele scurte, lucru numit în mod curent „depresie de iarnă”. Alţi oameni manifestă simptome mai severe, care adesea îi determină să facă faţă cu dificultate sarcinilor de peste zi şi le încordează relaţiile. Aceasta este o problemă cunoscută sub numele de tulburare afectivă sezonieră, sau pe scurt (TAS).

Simptomele principale ale TAS sunt: ■ probleme de somn (dormiţi mai mult, dar nu vă simţiţi odihnit, nu vă puteţi ridica din pat şi aveţi nevoie de un somn de după-amiază); ■ abuzul de mâncare (poftiţi carbohidraţi, ceea ce duce la îngrăşare); ■ depresie, disperare, nefericire, sentimente de vină, anxietate, sarcinile normale devin frustrant de dificile; ■ probleme familiale/sociale (evitarea cunoscuţilor, iritabilitate, scăderea libidoului, sentimentul de „amorţeală” emoţională); ■ letargie (vă simţiţi prea obosit pentru a face faţă solicitărilor, totul vi se pare un efort uriaş, de nedepăşit); ■ simptome fizice (frecvente dureri articulare sau probleme cu stomacul, rezistenţă scăzută la infecţii); ■ probleme de comportament, în special la persoanele tinere.

Întrucât principala cauză a TAS o reprezintă lipsa de lumină strălucitoare, tratamentul trebuie să fie alcătuit din astfel de lumină, în fiecare zi, lucru facilitat în mod hotărâtor de sezonul cald. Mergând într-un climat cu lumină strălucitoare, fie că este vorba, iarna, despre o pârtie de schi sau un loc cald, veţi reduce simptomele, dar dacă acest lucru nu este posibil, puteţi utiliza o sursă artificială de lumină strălucitoare. Nivelul preferat de lumină este aproape la fel de strălucitor ca şi o dimineaţă de primăvară dintr-o zi senină, iar pentru majoritatea persoanelor o „sesiune” în faţa unei astfel de emisii timp de 30 de minute pe zi va fi suficientă pentru a reduce simptomele.

Nu este nevoie să priviţi direct fasciculul terapeutic, aşadar vă puteţi uita la televizor, puteţi citi sau puteţi face altceva relaxant. Să mai adăugăm că, după caz, rezultate pozitive s-au obţinut cu ajutorul luminoterapiei şi în stomatologie sau neurologie, în tratarea acneei, a coşurilor, a icterului (la copii mici), a bulimiei şi chiar a unor tipuri de cancer ori a cumplitei maladii Alzheimer.

Un „cocteil” insolit contra diabetului

Poate că nu v-aţi fi gândit la o asemenea combinaţie cu putere vindecătoare: ciocolata, vinul roşu şi fructele de pădure, bogate în antioxidanţi, reglează nivelul de glucoză din sânge, prevenind astfel diabetul de tip 2, afirmă cercetătorii britanici, într-un studiu. Flavonoidele sunt antioxidanţi regăsiţi în sus-amintitele produse, dar şi în ceai, care protejează împotriva unor boli precum afecţiunile cardiovasculare, hipertensiune, unele forme de cancer şi demenţă. Studiul a relevat că o dietă bogată în flavonoide şi antocianine (regăsite în căpşuni, coacăze negre, mure şi afine) este asociată cu o insulinorezistenţă mai scăzută şi cu o reglare mai bună a glucozei din sânge. Conform rezultatelor cercetărilor, acest tip de antioxidanţi reduce riscul de inflamaţii cronice, care pot cauza diabet, obezitate, boli cardiovasculare şi cancer.

Investigaţiile s-au concentrat asupra flavonelor, care se regăsesc în verdeţuri şi legume precum pătrunjel, cimbru şi ţelină, şi asupra antocianinelor, regăsite în fructe de pădure, struguri negri, vin şi alte fructe şi legume de culoare albăstruie. Acesta este unul dintre primele studii pe scară largă, efectuate pe oameni, care examinează modul în care respectivii compuşi bioactivi puternici ar putea reduce riscul de diabet.

Cercetătorii au testat 2.000 de femei sănătoase, care au completat un chestionar despre obiceiurile lor alimentare, pentru a estima aportul zilnic de flavonoide. Oamenii de ştiinţă au analizat mostrele de sânge, în vederea evaluării nivelului de glucoză şi al inflamaţiilor şi de asemenea gradul de insulinorezistenţă, un indicator al diabetului de tip 2. S-a descoperit că femeile care au urmat o dietă bogată în antocianine şi flavone au avut un grad de insulinorezistenţă mai scăzut. Insulinorezistenţa ridicată este asociată cu formele de diabet de tip 2; prin urmare, persoanele care consumă alimente bogate în aceşti compuşi prezintă un risc mai redus de îmbolnăvire.

„Abdomene” contra rotunjimilor nedorite

Orice s-ar spune, atunci când suntem nevoiţi să abordăm problema delicată, deloc confortabilă, a acumulărilor de grăsime în exces prin diferite zone ale corpului, în calculul remedierii situaţiei intră neapărat exerciţiile fizice, căci mişcarea e sfântă pentru sănătate. Iar dacă lăsăm deoparte comoditatea şi „convingerea” (neargumentată şi nejustificată) că e prea greu, că nu se poate, că ia prea mult timp etc., vom vedea că aceste exerciţii destul de simple, făcute cu perseverenţă după un program strict, nu numai că vor da rezultatele scontate în avantajul siluetei, ci ne vor îmbunătăţi considerabil şi starea generală a sănătăţii. Muşchii abdomenului sunt primii vizaţi în acest sens.

■ ***Ridicarea bustului.*** În general practicanţii sporturilor cunosc o expresie care sună cam aşa: „am făcut atâtea abdomene”. E vorba despre exerciţiul clasic, deprins (sperăm) încă de la orele de pregătire fizică din şcoală. Se porneşte din poziţia întins pe spate, genunchii uşor îndoiţi, tălpile lipite de sol. Mâinile sunt aşezate după ceafă (eventual, cu degetele „împletite”). Contractându-se muşchii abdomenului, se ridică bustul până la atingerea coapselor, pe cât posibil. Cei care se simt mai puternici, pentru a adăuga un plus de dificultate pot să îşi încrucişeze mâinile în faţa pieptului.

■ ***Abdomene „încrucişate”.*** Exerciţiul vizează în special acumulările de grăsime de pe şolduri. În prima parte, se procedează exact ca mai sus. Diferenţa este că în momentul când bustul a fost ridicat, se va încerca atingerea genunchiului stâng cu cotul drept şi invers (mâinile sunt după ceafă, eventual cu degetele încrucişate).

■ ***Scaunul.*** Se pleacă de la poziţia aşezat pe scaun, braţele sunt îndoite din cot, în faţa pieptului, în unghi drept. Se ridică un genunchi şi se încearcă atingerea cotului opus. În timp ce genunchiul „urcă”, pentru o mai mare eficacitate se contractă puternic muşchii abdomenului.

■ ***Piciorul ridicat pe scaun.*** Se porneşte din aceeaşi poziţie aşezat pe scaun, cu mâinile strângând marginile laterale ale acestuia, pentru o mai bună stabilitate. Se contractă abdominalii şi se ridică genunchii, scopul fiind de a-i aduce cât mai aproape de piept. Odată ajunşi în punctul cel mai de sus posibil, se ţin câteva secunde în poziţia respectivă, apoi se coboară încet. Se repetă de mai multe ori, rolul exerciţiului fiind acela de a elimina din stratul adipos depus în partea inferioară a abdomenului.

■ ***„Planşeta”.*** Exerciţiu pentru un abdomen cât mai plat. Se porneşte din poziţia culcat pe burtă, cu sprijin pe antebraţe şi degete. Împingând în sus, se ridică bustul astfel încât să nu mai aibă contact cu solul, punându-se la lucru în special fesierii şi abdominalii. Se va încerca să se rămână în poziţia cea mai ridicată timp de câteva secunde, pentru maximizarea efortului muscular.

Ar mai trebui menţionat că, deşi aceste exerciţii sunt excelente pentru eliminarea grăsimii depuse pe abdomen, nu sunt foarte uşoare, însă trebuie efectuate un timp mai îndelungat, cu răbdare şi tenacitate. Pentru optimizarea efectelor, alergarea în viteză pe distanţe scurte, precum şi joggingul obişnuit vor antrena şi inima să facă faţă mai bine efortului fizic.

LUNI – 13 aprilie

TVR 1

7.00 Ecce via — Aceasta este Calea! (r) 8.00 La masa de Paşti (r) 11.00 Festivalul Internaţional de Circ de la Monte-Carlo, ediţia a XXXIII-a 11.30 Gala umorului (r) 12.30 Căsuţa cu poveşti (r) 13.00 Germana... la 1 14.00 Telejurnal 14.40 Premiile Europene „Dincolo de Frontiere", 2015 15.50 Maghiara de pe unu 17.10 Tezaur folcloric 18.45 Petrecerea iepuraşilor 19.45 Sport 20.00 Telejurnal 21.10 Film: „Iubirea vieţii mele" (SUA, 2000). Cu: Natasha Henstridge 22.00 Film: „Crima e meseria noastră" (Franţa, 2008) 22.50 Starea naţiei 0.40 Magazin UEFA Champions League 2014-2015 1.15-5.35 Reluări.

PRO TV

7.00 Film: „Doctorul Dolittle" (r) 8.30 Film: „Hook" (SUA, 1991) 11.15 Film: „Cronicile din Narnia: Călătorie pe mare cu Zori-de-Zi" (r) 13.15 Film: „Anna şi Regele" (SUA, 1999). Cu: Jodie Foster, Chow Yun-Fat 16.15 Românii au talent (r) 19.00 Ştirile ProTv 20.30 Ferma vedetelor 22.30 Film: „Hitch — Consilier în amor" (SUA, 2005). Cu: Will Smith, Eva Mendes 23.05 Serial: „CSI: New York" 1.00 Serial: „Las Fierbinţi" (r) 1.45 Ferma vedetelor (r) 3.15 Serial: „Supernatural: Aventuri în lumea întunericului".

Film Now

6.00 Observator 8.00 'Neaza cu Răzvan şi Dani 11.00 Film: „Dennis, pericol public" (r) 13.00 Observator 13.15 Te cunosc de undeva! (r) 16.00 Observator 17.00 Film: „Nea Marin Miliardar" (r) 19.00 Observator 20.00 Observator special 20.30 Chef de râs 23.00 Film: „Magie în New York" (SUA, 2007). Cu: Amy Adams, Patrick Dempsey 1.00 Film: „Spartacus" (SUA, 1960). Cu: Kirk Douglas, Laurence Olivier, Tony Curtis 3.30 Observator special (r) 4.00 Film (r).

PRIMA TV

6.45 Film: „Liceenii Rock'n Roll" (România, 1992) 9.15 Constantin 60 (r) 10.15 Mama mea găteşte mai bine (r) 11.15 Film d.a.: „Lanterna verde: Începuturi" (SUA, 2009) 10.30 Playtech (r) 11.00 Teleshopping 11.30 Film: „Declaraţie de dragoste" (r) 13.15 Film: „Blănosul" (SUA, 2006). Cu: Tim Allen 15.30 Cireaşa de pe tort (r) 16.30 Focus 17.00 Mondenii 17.30 Răzi şi câştigi 18.00 Focus 19.30 Imagini incredibile din lume 20.30 Mama mea găteşte mai bine 22.00 Mondenii 22.30 Trăsniţii 23.00 Focus din inima României 23.30 Click! 0.05-6.00 Reluări.

acasa

6.00-8.00 Reluări 9.00 Teleshopping 9.15-11.30 Reluări 14.00 Serial: „Înger sălbatic" 16.00 Serial: „Tânăr şi neliniştit" 17.00 Serial: „Las Bravo" 18.00 Serial: „Trandafirul negru" 19.00 Serial: „Puterea destinului" 20.00 Film: „Flirt la 40 de ani" (SUA, 2008). Cu: Heather Locklear 22.00 Serial: „Dragoste de viaţă" 23.00 Serial: „Terra nostra" 0.00 Serial: „Iubire ca în filme" 1.00 Doctorul casei 2.00 Acasă la români 3.00-5.00 Reluări.

TVR 2

7.00 Teleshopping 8.00 Festivalul Internaţional de Circ de la Massy (r) 9.00 Natură şi aventură (r) 10.10 Film: „Călătorie magică în Africa" (coprod., 2010) 11.50 Premiile Grammy — cea de-a 57-a ediţie 14.30 Cultura minorităţilor (r) 15.00 Telejurnal 16.00 Ieri-Azi-Mâine 17.00 Serial: „Trandafirii sălbatici" 18.00 Telejurnal 18.30 Festivalul Internaţional de Circ de la Monte Carlo 19.00 Replay 20.10 Teatru: „Leul în iarnă" de James Goldman 22.20 Festivalul Internaţional de Circ de la Monte Carlo 22.55 MomentArt 23.10 Film: „Închisoarea îngerilor" (SUA, 1994). Cu: Tim Robbins 1.40-6.00 Reluări.

PRO CINEMA

8.00 La Măruţă 9.30 Serial: „La bloc" 12.15 Film: „Răzbunare cu stil" (r) 14.30 Film: „Barabba" (r) 18.30 Film: „Răsfăţaţii Americii" (SUA, 2001). Cu: Julia Roberts, Billy Cristal 20.30 Film: „Misiune în lumea apelor" (Germania, 2008) 22.30 Film: „Tinereţe furată" (SUA, 1999). Cu: Winona Ryder, Angelina Jolie, Clea DuVall 0.00 Film: „Misiune în lumea apelor" (r) 3.00 Lumea Pro Cinema 3.30 Cine A.M.

MARŢI – 14 aprilie

7.00 Dosar Romania (r) 8.10 Premiile Europene „Dincolo de Frontiere", 2015 (r) 9.20 Film: „Iubirea vieţii mele" (r) 11.00 Tezaur folcloric (r) 12.30 Căsuţa cu poveşti 13.00 EURO polis 14.00 Telejurnal 14.35 Festivalul Internaţional de Circ de la Monte-Carlo, ediţia a XXXIII-a (r) 15.00 Teleshopping 15.31 Maghiara de pe unu 17.10 Plusuri şi minusuri 18.45 Petrecerea iepuraşilor 19.45 Sport 20.00 Telejurnal 21.00 Studio UEFA Champions League 2014-2015 21.40 Fotbal: Juventus — AS Monaco 22.50 Rezumatele UEFA Champions League 2014-2015 0.40-5.35 Reluări.

7.00 Ştirile ProTv 10.30 Ferma vedetelor (r) 13.00 Ştirile ProTv 14.00 Serial: „Trandafirul negru" (r) 15.00 Serial: „Puterea destinului" (r) 16.00 Lecţii de viaţă 17.00 Ştirile ProTv 17.30 La Măruţă 19.00 Ştirile ProTv 20.30 Ferma vedetelor 22.30 Ştirile ProTv 23.05 Serial: „CSI: New York" (ultimul ep.) 0.00 Serial (r) 1.00 Ferma vedetelor (r) 2.30 Serial: „Supernatural: Aventuri în lumea întunericului" 3.30-5.30 Reluări.

6.00 Observator 8.00 'Neaza cu Răzvan şi Dani 10.50 În gura presei 11.40 Teleshopping 12.00 Mireasă pentru fiul meu 13.00 Observator 14.00 Mireasă pentru fiul meu 16.00 Observator 17.00 Acces direct 19.00 Observator 20.00 Observator special 20.30 Hell's Kitchen — ladul bucătarilor 23.00 Un Show Păcătos 1.00 Film: „Corupţi de libertate" (SUA, 1994). Cu: Russell Wong, Vivian Wu, Chi Moui Lo 3.00 Observator (r) 3.45 Acces direct (r).

6.45 Teleshopping 7.15 Film: „Blănosul" (r) 9.15 Teleshopping 9.45 Mama mea găteşte mai bine (r) 10.45 Teleshopping 11.15 Mama mea găteşte mai bine 13.15 Teleshopping 13.45 Secrete de Stil (r) 14.00 Teleshopping 15.00 Trăsniţii 15.30 Cireaşa de pe tort (r) 16.30 Focus 17.00 Mama mea găteşte mai bine 18.00 Focus 19.30 Imagini incredibile din lume 20.30 Film: „Rechinii ucigaşi" (coprod., 1999). Cu: Samuel L. Jackson, Saffron Burrows 22.30 Trăsniţii 23.00 Focus din inima României 23.30 Click! 0.00-6.00 Reluări.

6.00-8.00 Reluări 9.00 Teleshopping 9.15-11.30 Reluări 13.30 Teleshopping 14.00 Serial: „Înger sălbatic" 16.00 Serial: „Tânăr şi neliniştit" 17.00 Serial: „Las Bravo" 18.00 Serial: „Trandafirul negru" 19.00 Serial: „Puterea destinului" 20.00 Serial: „Fugara" 22.00 Serial: „Dragoste de viaţă" 23.00 Serial: „Terra nostra" 0.00 Serial: „Iubire ca în filme" 1.00 Doctorul casei 2.00 Acasă la români 3.00-5.00 Reluări.

7.00 Teleshopping 8.00 Memorialul durerii (r) 9.00 Documentar 360º — GEO 10.00 Ieri-Azi-Mâine 11.05 Teatru (r) 13.00 GalFestival SoNoRo 2011 (r) 14.00 Natură şi aventură (r) 14.30 Cultura minorităţilor 15.00 Telejurnal 15.30 Festivalul Internaţional de Circ de la Monte Carlo 16.00 Ieri-Azi-Mâine 17.00 Serial: „Trandafirii sălbatici" 18.00 Telejurnal 18.30 Festivalul Internaţional de Circ de la Monte Carlo 19.00 Documentar 360º — GEO (r) 20.10 D'ale lu' Mitică (r) 21.00 Destine ca-n filme 21.55 Concert Jose Feliciano 23.10 Serial: „CSI: Crime şi investigaţii" 0.00-6.00 Reluări.

7.45 La Măruţă (r) 9.15 Serial: „La bloc" 12.15 Film: „Alice în Ţara Minunilor" (r) 14.15 Film: „Răsfăţaţii Americii" (r) 16.15 Film: „Doamna Winterbourne" (r) 18.30 Film: „Dragoste de tată" (SUA, 2000). Cu: Peter Strauss 20.30 Film: „Box în afara legii" (SUA, 1992). Cu: James Marshall, Richard Lexsee 22.30 Film: „Confetti" (SUA, 2006). Cu: Martin Freeman, Jessica Hynes, Stephen Mangan 0.30 Film: „Box în afara legii" (r) 2.15 Lumea Pro Cinema 2.45 Cine A.M.

MIERCURI – 15 aprilie

7.00 Telejurnal matinal 9.00 Politică şi delicateţuri cu Mircea Dinescu (r) 9.50 Petrecerea iepuraşilor (r) 10.50 Teleshopping 11.30 Serial: „Prinţesa săbiilor" (ep.1) 12.30 Căsuţa cu poveşti 13.00 Fără etichetă 14.00 Telejurnal 15.00 Teleshopping 15.31 Convieţuiri 17.10 Se zice că... 18.40 Serial: „Prinţesa săbiilor" (r) 19.45 Sport 19.59 Telejurnal 21.00 Vorbeşte liber! 22.00 Doc.: „Sophia Loren — povestea unei vieţi" 23.00 Starea naţiei 0.10 Film: „Henric al IV-lea" (coprod., 2009, partea I). Cu: Julien Bosselier, Armelle Deutsch 1.40-5.35 Reluări.

7.00 Ştirile ProTv 10.30 La Măruţă (r) 12.00 Ferma vedetelor (r) 13.00 Ştirile ProTv 14.00 Serial: „Trandafirul negru" (r) 15.00 Serial: „Puterea destinului" (r) 16.00 Lecţii de viaţă 17.00 Ştirile ProTv 17.30 La Măruţă 19.00 Ştirile ProTv 20.30 Ferma vedetelor 21.30 Serial: „Las Fierbinţi" 22.30 Ştirile ProTv 23.05 Serial: „Lie to me — Psihologia minciunii" (ep.1) 0.00 Serial: „Tanti Florica" 1.00 Ferma vedetelor (r) 2.00 Serial: „Supernatural: Aventuri în lumea întunericului" 3.00-5.30 Reluări.

6.00 Observator 8.00 'Neaza cu Răzvan şi Dani 10.50 În gura presei 11.40 Teleshopping 12.00 Mireasă pentru fiul meu 13.00 Observator 14.00 Mireasă pentru fiul meu 16.00 Observator 17.00 Acces direct 19.00 Observator 20.00 Observator special 20.30 Hell's Kitchen — ladul bucătarilor 23.00 Un Show Păcătos 1.00 Film: „Cutia neagră" (SUA, 1992). Cu: Robert Redford, Ben Kingsley 3.00-3.45 Reluări.

6.45 Teleshopping 7.15 Mondenii (r) 8.00 Sănătate cu Stil (r) 8.45 Click! Poftă bună! (r) 9.00 Teleshopping 9.45 Mama mea găteşte mai bine (r) 10.45 Teleshopping 11.15 Mondenii (r) 12.15 Imagini incredibile din lume (r) 13.15 Teleshopping 13.45 Levintza prezintă (r) 14.30 Teleshopping 15.00 Trăsniţii (r) 15.30 Cireaşa de pe tort (r) 16.30 Focus 17.00 Mama mea găteşte mai bine 18.00 Focus 19.30 Imagini incredibile din lume 20.30 Cronica Cârcotaşilor 22.30 Trăsniţii 23.00 Focus din inima României 23.30 Click! 0.00-6.00 Reluări.

6.00-8.00 Reluări 9.00 Teleshopping 9.15-11.30 Reluări 13.30 Teleshopping 14.00 Serial: „Înger sălbatic" 16.00 Serial: „Tânăr şi neliniştit" 17.00 Serial: „Las Bravo" 18.00 Serial: „Trandafirul negru" 19.00 Serial: „Puterea destinului" 20.00 Serial: „Fugara" 22.00 Serial: „Dragoste de viaţă" 23.00 Serial: „Terra nostra" 0.00 Serial: „Iubire ca în filme" 1.00 Doctorul casei 2.00 Acasă la români 3.00-5.00 Reluări.

7.00 Teleshopping 8.00 Mic dejun cu un campion (r) 9.00 Documentar 360º — GEO (r) 10.00 Ieri-Azi-Mâine (r) 11.10 Destine ca-n filme (r) 12.00 D'ale lu' Mitică (r) 13.00 Festival SoNoRo 2011 14.00 Natură şi sănătate (r) 14.30 Cultura minorităţilor 15.00 Telejurnal 16.00 Ieri-Azi-Mâine 17.00 Serial: „Trandafirii sălbatici" 18.00 Telejurnal 19.00 Documentar 360º — GEO 20.10 Telecinemateca: „În afara legii" (SUA, 1958). Cu: Walter Matthau, Audie Murphy 22.00 Ora de ştiri 23.10 Serial: „CSI: Crime şi investigaţii" 0.00 Festivalul Internaţional de Teatru de la Sibiu 0.30-6.00 Reluări.

7.45 La Măruţă (r) 9.15 Doamne de poveste 10.15 Serial: „La bloc" 13.15 Film (r) 15.30 Film: „Cum ţi-e scris" (r) 17.45 Film: „Raţiune şi simţire" (coprod., 1995). Cu: Kate Winslet, Emma Thompson 20.30 Film: „Povestea unui cavaler" (SUA, 2001). Cu: Heath Ledger, Rufus Sewell 23.30 Film: „Copiii întunericului" (SUA, 1991). Cu: Karen Black, Peter DeLuise 1.30 Serial: „La bloc"" (r) 2.00 Lumea Pro Cinema 2.30 Cine A.M.

BILLY BOB THORNTON
— sâmbătă, 23.30 —

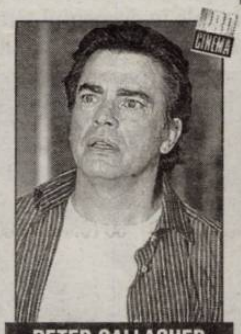
EVA MENDES
— luni, 22.30 —

VINCENT REGAN
— vineri, 0.30 —

HEATHER LOCKLEAR
—luni, 20.00 —

BEN KINGSLEY
—miercuri, 1.00 —

AUDIE MURPHY
— miercuri, 20.10 —



PETER GALLAGHER
— vineri, 22.15 —

„MAGAZIN" nu răspunde de modificările efectuate ulterior de către posturile de televiziune

JOI – 16 aprilie

7.00 Telejurnal matinal 9.00 Starea naţiei (r) 9.55 Petrecerea iepuraşilor (r) 10.50 Teleshopping 11.30 Serial: „Prinţesa săbiilor" 12.30 Căsuţa cu poveşti 13.00 De joi până joi 14.00 Telejurnal 15.00 Teleshopping 15.31 Akzente 17.00 Interes general 18.00 Lozul cel mare 18.40 Serial: „Prinţesa săbiilor" (r) 19.45 Sport 19.59 Telejurnal 21.00 Vorbeşte liber! 22.00 Film: „Chaplin şi micul vagabond" (Franţa, 2013) 23.00 Starea naţiei 0.10 Film: „Henric al IV-lea" (partea a II-a) 1.40-5.35 Reluări.

7.00 Ştirile ProTv 10.30 La Măruţă (r) 12.00 Ferma vedetelor (r) 13.00 Ştirile ProTv 14.00 Serial: „Trandafirul negru" (r) 15.00 Serial: „Puterea destinului" (r) 16.00 Lecţii de viaţă 17.00 Ştirile ProTv 17.30 La Măruţă 19.00 Ştirile ProTv 20.30 Ferma vedetelor 21.30 Serial: „Las Fierbinţi" 22.30 Ştirile ProTv 23.05 Serial: „Lie to me — Psihologia minciunii" 0.00 Serial: „Tanti Florica" 1.00 Ferma vedetelor (r) 2.00 Serial: „Supernatural: Aventuri în lumea întunericului" 3.00-5.30 Reluări.

6.00 Observator 8.00 'Neaza cu Răzvan şi Dani 10.50 În gura presei" 11.40 Teleshopping 12.00 Mireasă pentru fiul meu 13.00 Observator 14.00 Mireasă pentru fiul meu 16.00 Observator 17.00 Acces direct 19.00 Observator 20.00 Observator special 20.30 Next Star cu Dan Negru 23.00 Un Show Păcătos 1.00 Film: „Cheia schelet" (SUA, 2005). Cu: Kate Hudson, John Hurt 3.00-3.45 Reluări.

6.45 Teleshopping 7.15 Sport, dietă şi o vedetă (r) 8.00 Casa: construcţie şi design (r) 8.45 Playtech (r) 9.15 Teleshopping 9.45 Mama mea găteşte mai bine (r) 10.45 Teleshopping 11.15 Mondenii 12.15 Imagini incredibile din lume (r) 13.15 Teleshopping 13.45 Jurnalul STV Junior (r) 14.30 Teleshopping 15.00 Trăsniţii 15.30 Cireaşa de pe tort (r) 16.30 Focus 17.00 Mama mea găteşte mai bine 18.00 Focus 19.30 Cireaşa de pe tort 20.30 Curat, Murdar? 21.30 Apel de urgenţă 22.30 Trăsniţii 23.00 Focus din inima României 23.30 Click! 0.00-6.00 Reluări.

6.00-8.00 Reluări 9.00 Teleshopping 9.15-11.30 Reluări 13.30 Teleshopping 14.00 Serial: „Înger sălbatic" 16.00 Serial: „Tânăr şi neliniştit" 17.00 Serial: „Las Bravo" 18.00 Serial: „Trandafirul negru" 19.00 Serial: „Puterea destinului" 20.00 Serial: „Fugara" 22.00 Serial: „Dragoste de viaţă" 23.00 Serial: „Terra nostra" 0.00 Serial: „Iubire ca în filme" 1.00 Doctorul casei 2.00 Acasă la români 3.00-5.00 Reluări.

7.00 Teleshopping 8.00 Mituri muzicale româneşti (r) 9.00 Documentar 360º — GEO (r) 10.00 Ieri-Azi-Mâine (r) 10.50 Teleshopping 11.10 Ferma (r) 12.00 Drumul lui Leşe (r) 13.00 Festival SoNoRo 2011 14.00 Festivalul Internaţional de Teatru de la Sibiu (r) 14.30 Cultura minorităţilor 15.00 Telejurnal 16.00 Ieri-Azi-Mâine 17.00 Serial: „Trandafirii sălbatici" 18.00 Telejurnal 19.00 Documentar 360º — GEO 20.10 Film: „Corabia din pustiu" (Canada, 2013). Cu: Gil Bellows 22.00 Ora de ştiri 23.10 Serial: „CSI: Crime şi investigaţii" 0.00-5.45 Reluări.

6.30 La Măruţă 8.00 Serial: „La bloc" 10.30 Film: „Cum ţi-e scris" (r) 12.45 Film (r) 15.30 Film: „Povestea unui cavaler" (r) 18.15 Film: „Mama mea vitregă, extraterestră" (SUA, 1988). Cu: Dan Aykroyd, Kim Basinger 20.30 Film: „Cutremur sub gheţuri" (Canada, 2010). Cu: Brendan Fehr, Holly Elissa 22.30 Film: „Unicul" (SUA, 2001). Cu: Jet Li, Carla Gugino, Delroy Lindo 0.15 Serial: „La Bloc" (r) 0.45 Lumea Pro Cinema 1.15 Cine A.M.

VINERI – 17 aprilie

7.00 Telejurnal matinal 9.00 Starea naţiei (r) 10.00 Exclusiv în România (r) 10.50 Teleshopping 11.30 Serial: „Prinţesa săbiilor" 12.30 Căsuţa cu poveşti 13.00 Zon@ 13.30 M.A.I. aproape de tine 14.00 Telejurnal 15.00 Gimnastica artistică: Campionatele Europene de la Montpellier 17.00 Maşini, teste şi verdicte 17.30 Start-up 18.00 În culisele energiei 18.40 Serial: „Prinţesa săbiilor" (r) 19.45 Sport 19.59 Telejurnal 21.10 O dată-n viaţă 23.30 Anchetele comisarului Antonescu 0.00 Nocturne 1.00 Serial: „Escroci de treabă" 2.40-5.35 Reluări.

7.00 Ştirile ProTv 10.30 La Măruţă (r) 12.00 Ferma vedetelor (r) 13.00 Ştirile ProTv 14.00 Serial: „Trandafirul negru" (r) 15.00 Serial: „Puterea destinului" (r) 16.00 Lecţii de viaţă 17.00 Ştirile ProTv 17.30 La Măruţă 19.00 Ştirile ProTv 20.30 Românii au talent 23.00 Film: „Răzbunare fără limite" (SUA, 2007). Cu: John Leguizamo, Tyrese Gibson 1.00-5.00 Reluări.

6.00 Observator 8.00 'Neaza cu Răzvan şi Dani 10.50 În gura presei 11.40 Teleshopping 12.00 Mireasă pentru fiul meu 13.00 Observator 14.00 Mireasă pentru fiul meu 16.00 Observator 17.00 Acces direct 19.00 Observator 20.00 Observator special 20.30 Film: „Clona ucigaşă" (SUA, 2001) 22.30 Film: „Misiunea" (SUA, 1997) 1.00 Hell's Kitchen — ladul bucătarilor (r) 3.15 Observator special (r) 4.00 Acces direct (r).

6.45 Teleshopping 7.15 Mondenii (r) 8.00 Secrete de Stil (r) 8.45 Levintza prezintă (r) 9.15 Teleshopping 9.45 Mama mea găteşte mai bine (r) 10.45 Teleshopping 11.15 Mondenii 12.15 Imagini incredibile din lume (r) 13.15 Teleshopping 13.45 Sport, vedetă şi o vedetă 14.30 Teleshopping 15.00 Trăsniţii (r) 16.30 Focus 17.00 Mama mea găteşte mai bine 18.00 Focus 19.30 Cireaşa de pe tort 20.30 Film: „Săptămâna nebunilor" (România, 1971). Cu: Marga Barbu, Florin Piersic 22.30 Trăsniţii (r) 0.30 Film: „Eva — Povestea unui secol" (România, 2010). Cu: Vincent Regan 3.00-6.00 Reluări.

6.00-8.00 Reluări 9.00 Teleshopping 9.15-11.30 Reluări 13.30 Teleshopping 14.00 Serial: „Înger sălbatic" 16.00 Serial: „Tânăr şi neliniştit" 17.00 Serial: „Las Bravo" 18.00 Serial: „Trandafirul negru" 19.00 Serial: „Puterea destinului" 20.00 Serial: „Fugara" 22.00 Serial: „Dragoste de viaţă" 23.00 Serial: „Terra nostra" 0.00 Serial: „Iubire ca în filme" 1.00 Doctorul casei 2.00 Acasă la români 3.00-5.00 Reluări.

7.00 Teleshopping 8.00 Drumul lui Leşe (r) 9.00 Documentar 360º — GEO (r) 10.00 Ieri-Azi-Mâine (r) 10.50 Teleshopping 11.10 Memorialul durerii (r) 12.10 Arte, Carte şi Capricii (r) 13.00 Festival SoNoRo 2011 14.00 România în anii celui De-Al Doilea Război Mondial (r) 14.30 Cultura minorităţilor 15.00 Telejurnal 16.00 Ieri-Azi-Mâine 18.00 Telejurnal 19.00 Documentar 360º — GEO 20.10 Film: „Benny şi Joon" (SUA, 1993). Cu: Johnny Depp 22.00 Ora de ştiri 23.10 Film: „Vieţile lui Truddi" (SUA, 1990, partea I) 0.50 Film: „Zile perfecte" (Cehia, 2011) 2.40-6.00 Reluări.

7.00 La Măruţă 8.30 Serial: „La bloc" 11.00 Film (r) 13.45 Film: „Raţiune şi simţire" (r) 16.30 Film: „Cutremur sub gheţuri" (r) 18.30 Film: „Vieţi furate" (SUA, 1991, partea I). Cu: Bonnie Bedelia, Brian Kerwin 20.30 Film: „Băiatul cu bicicleta" (coprod., 2011). Cu: Thomas Doret 22.15 Film: „Cercul vrăjitoarelor" (coprod., 2007, partea I). Cu: Peter Gallagher, Jamie-Lynn Sigler 0.00 Film (r) 1.45 Lumea Pro Cinema 2.15 Cine A.M.

SÂMBĂTĂ – 18 aprilie

7.00 În grădina Danei (r) 7.30 Serial: „Prietenie cu năbădăi" 8.00 Gimnastică artistică 10.25 Opinii fiscale 10.30 Maşini, teste şi verdicte 11.10 O dată-n viaţă (r) 13.30 Impact global 14.00 Telejurnal 14.30 Vreau sa fiu sănătos! 15.00 Film: „În culise" (SUA, 1916). Cu: Charles Chaplin 18.25 Festivalul Internaţional de Circ de la Monte-Carlo, ediţia a XXXIII-a 18.50 Teleenciclopedia 19.45 Sport 20.00 Telejurnal 21.00 Gala umorului 22.00 Eurovision 22.30 Profesioniştii 23.30 Film: „Mirosul succesului" (SUA, 2009). Cu: Billy Bob Thornton, Tea Leoni 1.10-5.35 Reluări.

6.00 Serial: „Înapoi la fermă" 7.00 Ştirile Pro Tv 10.00 I like IT 10.30 Ce se întâmplă, doctore? 11.00 Film: „Bratz" (SUA, 2007). Cu: Logan Browning 13.00 Ştirile Pro Tv 13.05 Film: „Toate pânzele sus" (România, 1977) 14.15 Film: „Regina frumuseţii" (SUA, 1997) 16.15 Românii au talent (r) 19.00 Ştirile Pro Tv 20.30 Film: „Condamnat să ucidă" (coprod., 2014). Cu: Kevin Costner, Amber Heard 22.45 Ferma vedetelor 0.15-4.30 Reluări.

6.00 Observator 9.00 Serial: „Black Beauty" 10.00 Next Star (r) 13.00 Observator 14.00 Mireasă pentru fiul meu 16.00 Observator 17.00 Mireasă pentru fiul meu 19.00 Observator 20.00 Star News 20.30 Te cunosc de undeva! 0.00 Hell's Kitchen — ladul bucătarilor (r) 2.30 Film: „Soldaţii stelari" (SUA, 2009). Cu: Connor Trinneer, James Kyson 4.15 Serial (r) 5.15 Desene animate: „Ciocănitoarea Woody".

7.00 Teleshopping (r) 7.30 Răzi şi câştigi (r) 8.30 Trăsniţii (r) 9.30 Teleshopping 10.00 Jurnalul STV Junior 10.30 Click! Poftă bună! 11.00 Mondenii 12.00 Cireaşa de pe tort (r) 13.00 Curat, Murdar? (r) 14.00 Film: „Săptămâna nebunilor" (r) 16.00 Schimb de mame (r) 18.00 Focus 19.00 Răzi şi câştigi 19.30 Cireaşa de pe tort 20.30 Film: „Fără urmă" (SUA, 2007). Cu: Samuel L. Jackson, Ed Harris 22.30 Film: „Zi de instrucţie" (coprod., 2001). Cu: Denzel Washington, Ethan Hawke 0.30 Serial: „Undercover" 2.00-6.00 Reluări.

6.00-7.45 Reluări 8.45 Teleshopping 9.15-11.30 Reluări 13.30 Teleshopping 14.00 Serial: „Înger sălbatic" 16.00 Dezvăluiri din lumea telenovelelor 17.00 Serial: „Las Bravo" 18.00 Serial: „Regina inimilor" 20.00 Serial: „Fugara" 22.00 Serial: „Dragoste de viaţă" 23.00 Serial: „Teen Mom" 0.00 Serial: „Iubire ca în filme" 1.00 Doctorul casei 2.00 Acasă la români 3.00-5.00 Reluări.

7.15 Teleshopping 8.00 A doua emigrare (r) 8.30 Europa 360º (r) 9.00 Mic dejun cu un campion 10.00 România în anii celui De-Al Doilea Război Mondial 10.30 Arca lui Noe 11.00 Rugby: CSM CS Olimpia Bucureşti — CSA Steaua 13.00 Popasuri folclorice 14.00 Film: „Aviatori de ocazie" (SUA, 2008) 16.00 Memorialul durerii 17.00 Mituri muzicale româneşti 18.00 Telejurnal 18.30 5 x 5 minute de istorie 19.00 Arte, carte şi capricii 20.10 Film: „Dorinţele Lolei" (coprod., 2007) 22.10 Film: „Dallas Buyers Club" (SUA, 2013). Cu: Matthew McConaughey 0.10-6.00 Reluări.

7.30 La Măruţă 9.00 Serial: „La bloc" 11.30 Film (r) 14.15 Film: „Mama mea vitregă, extraterestră" (r) 16.30 Film: „Vieţi furate" (r) 18.30 Film: „Vieţi furate" (partea a II-a) 20.30 Film: „Amintiri din Epoca de Aur 1 — Tovarăşi, frumoasă e viaţa!" (România, 2009) 22.15 Film: „Cercul vrăjitoarelor" (partea a II-a) 0.00 Film (r) 1.30 Lumea Pro Cinema 2.30 Cine A.M.

DUMINICĂ – 19 aprilie

7.00 Vreau să fiu sănătos! (r) 7.30 Universul credinţei 9.30 Pro Patria 10.00 În grădina Danei 10.35 Viaţa satului 13.00 Foc încrucişat 14.00 Telejurnal 14.30 Adevăruri despre trecut 15.00 Film: „Charlot debutează" (SUA, 1915) 15.30 Gimnastică artistică: Finale pe aparate 18.30 Lozul cel mare 18.55 Dosar România 19.45 Sport 20.00 Telejurnal 21.10 Film: „Povestea lui Babe Ruth" (SUA, 1992). Cu: John Goodman, Kelly McGillis 23.10 Starea naţiei. Best of 0.00 Garantat 100% 1.00 Serial: „Escroci de treabă" 2.35-5.35 Reluări.

6.00 Serial: „Înapoi la fermă" 7.00 Ştirile Pro Tv 10.00 După 20 de ani 11.00 Film (r) 13.00 Ştirile Pro Tv 14.00 Film: „Doi băieţi şi multe fete" (SUA, 2009). Cu: Nicholas D'Agosto, Eric Christian Olsen 16.00 Film: „Spionii în vacanţă" (SUA, 1993). Cu: Kathleen Turner, Dennis Quaid 18.00 România, te iubesc! 19.00 Ştirile Pro Tv 20.30 Film: „Divergent" (SUA, 2014). Cu: Shailene Woodley 23.30 Film: „Iubitul meu e zombi" (coprod., 2013) 1.30-5.30 Reluări.

6.00 Observator 9.00 Serial: „Lassie" 9.30 Te cunosc de undeva! (r) 13.00 Observator 13.30 Chef de râs (r) 16.00 Observator 16.15 SuperBingo Metropolis 19.00 Observator 20.00 Star News 20.30 Film: „Şefi de coşmar" (SUA, 2011). Cu: Jason Bateman, Jason Sudeikis 22.30 Film: „Serenity" (SUA, 2005). Cu: Nathan Fillion, Gina Torres 1.00 Film (r) 3.00 Observator (r) 3.45 Serial (r).

7.00 Teleshopping (r) 7.30 Trăsniţii (r) 8.45 Casa: construcţie şi design 9.20 Teleshopping 10.00 Sănătate cu Stil 10.30 Secrete de Stil 11.00 Levintza prezintă 11.30 Amintiri din viitor 12.30 Playtech 13.00 Mondenii 13.45 Film: „A doua cădere a Constantinopolului" (România, 1994). Cu: Rodica Mureşan, Stela Popescu, Dem Rădulescu 16.00 Cronica Cârcotaşilor (r) 18.00 Focus 19.00 Răzi şi câştigi 19.30 Cireaşa de pe tort 20.30 Schimb de mame 22.30 Constantin 60 23.30-6.00 Reluări.

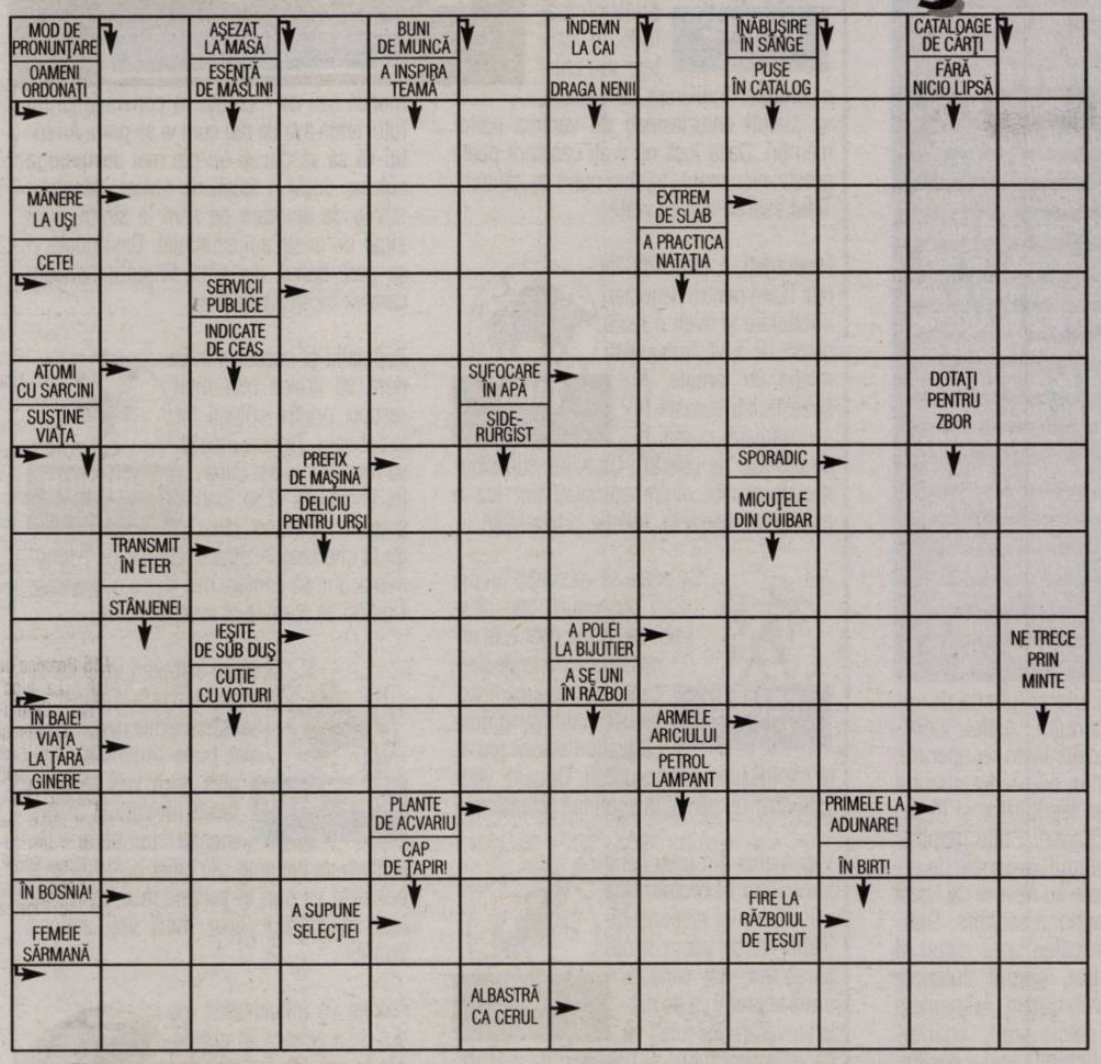
5.45-7.45 Reluări 8.45 Teleshopping 9.15-11.30 Reluări 13.30 Teleshopping 14.00 Serial: „Înger sălbatic" 16.00 Dezvăluiri din lumea telenovelelor 17.00 Serial: „Las Bravo" 18.00 Serial: „Regina inimilor" 20.00 Serial: „Fugara" 22.00 Serial: „Dragoste de viaţă" 23.00 Serial: „Teen Mom" 0.00 Serial: „Iubire ca în filme" 1.00 Doctorul casei 2.00 Acasă la români 3.00-5.00 Reluări.

7.00 Cartea cea de toate zilele (r) 7.15 Teleshopping 8.00 Popasuri folclorice (r) 9.00 Ferma 10.00 Pescar hoinar 10.30 Serial: „Viaţa cu Derek" 11.30 Motomagia 12.00 Cap Compas 12.30 A doua emigrare 13.00 Natură şi aventură 14.10 Film: „Străinul" (România, 1964, partea I) 16.00 Festivalul Internaţional de Circ de la Massy 17.00 D'ale lu' Mitică 18.00 Telejurnal 18.30 Drumul lui Leşe 19.30 Europa 360º 20.10 Film: „Patima" (România, 1975) 22.10 Film: „Schimb valutar" (România, 2008) 0.00-6.00 Reluări.

8.00 Doamne de poveste 9.00 Serial: „La bloc" 12.00 Film (r) 14.15 Film: „Vieţi furate" (r) 16.15 Film: „Excursie cu surprize" (coprod., 2006) 18.15 Film: „Iubit de împrumut" (SUA, 2011). Cu: Gimnifer Goodwin, Kate Hudson 20.30 Film: „O săptămână cu Marylin" (SUA, 2011). Cu: Michelle Williams 22.30 Film: „Mănâncă, roagă-te, iubeşte" (SUA, 2010). Cu: Julia Roberts 1.30 Film (r) 2.00 Lumea Pro Cinema 2.30 Cine A.M.

PREFERINȚE

Integramă de **M. ALBU**



Verificați-vă cunoștințele!

Patimile Mântuitorului

1. Ce fenomene naturale s-au manifestat în momentul morții Mântuitorului?
2. Cum se numea sutașul care l-a împuns pe Iisus cu sulița în coaste ca să se încredințeze de moartea lui?
3. Care au fost cei doi oameni credincioși care, ajutați de mai multe femei, au coborât de pe cruce trupul Mântuitorului?
4. Cum se numeau cei doi apostoli care s-au întâlnit cu Iisus în drum spre Emaus, unde urmau să mănânce?
5. Ce mare pictor italian (1518/19-1594) a pictat compozițiile religioase „Purtarea crucii" și „Răstignirea"?
6. Ce prozator și filozof italian (1881-1956) a scris ciclul „Martorii Patimilor", axate pe faptele martorilor reali sau imaginari la patimile Mântuitorului?
7. Ce muzician român a compus în 1937/40 muzica operei „O făclie de Paști"?

Răspunsurile pentru numărul trecut

1) Prin catedrală se înțelege o biserică, în general mare, în care slujba este oficiată de obicei de un (arhi)episcop. 2) Catedrala Ortodoxă din Alba Iulia este cunoscută drept „Catedrala Încoronării". 3) „Școala de la Notre Dame" reprezintă compozitorii de muzică pentru orgă din catedrala Nôtre Damme din Paris, de la sfârșitul secolului al XII-lea și începutul secolului al XIII-lea. 4) Autorul romanului istoric „Catedrala mării" este spaniolul Ildefonso Falcones de Siera. 5) Cea mai prețioasă relicvă păstrată în Catedrala de la Amiens este capul Sfântului Ioan Botezătorul, adus în Franța de Wallon de Sarton la întoarcerea din Cruciada a patra. 6) Pânzele reprezentând „Catedrala din Rouen" poartă semnătura lui Claude Monet. 7) Filmul „Tenebre 3: Catedrala" a fost realizat de regizorul Victor Salva.

Poșta cititorilor

Pentru întrebările la tema „De dragoste" am primit:

◆ **7 răspunsuri corecte:** *Florentina Gorea*, Toplița; *Mioara Popa*, Iași; *Elena Ispas*, Piatra Neamț; *Rodica Ioan* și *Luminița Popescu*, București; *Ing. Ion Ciocșan*, Pucioasa; *Alexandra Duma*, ???; *Gheorghe Enache*, Galați; *Ing. Mihai Călcăianu* și *Ing. Ion Cozma*, Adjud; *Ing. Silviu Iagada*, Turnu Măgurele; *Prof. Aurel Mincic*, Beiuș-Bihor; *Prof. Marin Ștefan*, Șimleul Silvaniei și *Mihai Waspusch*, București.

◆ **6 răspunsuri corecte:** *Daniela Nicolae*, Iași; *Monica Vlad*, Timișoara; *Corina Simion*, Sibiu; *Ileana Popa*, Baia Mare; *Viorica Simionescu*, Arad; *Ana Ioan*, Brăila; *Cristina Rusu*, Constanța; *Codruța Mateescu*, Bacău; *Gabor Varga*, Baia Mare și *Radu-Andrei Ciobanu*, București.

◆ **5 răspunsuri corecte:** *Ioana Costea*, Pitești; *Ilinca Stănescu*, Ploiești; *Bogdan Suciu*, Timișoara; *Cristian Vasilescu*, Arad; *George Ionescu*, Ploiești; *Dan Voicu*, Turnu Măgurele; *Ionel Petrescu* și *Cristian Zamfirescu*, București.

✉ ***GABOR VARGA, Baia Mare.*** După cum ați observat, am considerat corect și punctul 5 dintre răspunsurile dumneavoastră. Vă mai așteptăm!

Adresăm din nou o rugăminte prietenilor rubricii. Mulți trimit o primă scrisoare cu răspunsurile și apoi o altă cu una sau două reveniri. De aceea se poate întâmpla ca numele să le apară de două ori în cadrul aceleiași rubrici. Vă recomandăm ca în acest caz în cea dea doua scrisoare să ne trimiteți numai rectificarea și nu să reluați toate răspunsurile cum procedați de multe ori.

Vă urăm tuturor sănătate și multe bucurii cu prilejul Sărbătorilor Pascale. *(IRINA STOICA)*

Comorile noastre

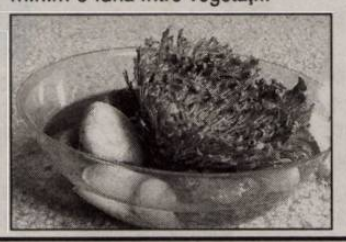
SOFIA BOTESCU — Buzău

Sfaturi practice

Planta Învierii

(Lepidophylla Selaginella)

● Este originară din zonele aride ale Orientului Mijlociu și Africa de Nord. Are nevoie de puțină apă. În mediul ei natural, după sezonul ploios, planta se usucă și începe să se închidă făcându-se ghem. Uneori, poate sta și 5-6 luni fără apă, fapt ce nu-i dăunează. Odată ce este udată, ea germinează și se reface spectaculos. Procesul se poate repeta ori de câte ori doriți, esențial fiind să faceți o pauză de minim o lună între vegetații.



● Cât timp stă deschisă, în jur de 1-2 săptămâni, se ține într-un loc bine aerisit și luminos.

● Pe timpul verii se ține afară, dar se ferește de vânt.

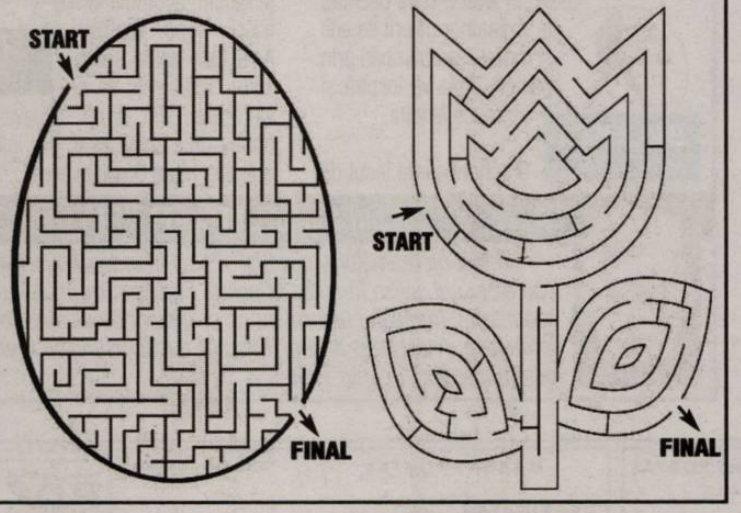
● Poate înflori și în preajma Crăciunului, florile fiind de culoare albă.

● Se spune despre această plantă că atunci când este în stare de vegetație, absoarbe fumul și împrospătează aerul din casă iar în stare uscată alungă insectele nedorite.

● Încă din cele mai vechi timpuri simbolizează norocul, dragostea și frumusețea. Există convingerea că înfățișează imaginea Maicii Domnului cu mâinile împreunate, rugându-se. *(D.M.)*

PERSPICACITATE

Încercați să rezolvați labirinturile.



SOLUȚIA INTEGRAMEI „IPOSTAZE":
I - I - D - D - I - U - ANTEMERIDIAN - AERISI - URNI - OMAT - IAMB - IU - IMAS - LIED - N - AC - RICIN - IDE - T - MERI - ESEU - ASA - ORARE - II - INMIIT - ISON - ATEU - PAR - PST - ACRI - TAMAIA - DRAGALASENII.

Soluția «SUDOKU» — jocul săptămânii 13

1	3	4	7	5	9	2	8	6
6	5	7	4	8	2	9	3	1
2	9	8	1	6	3	4	5	7
9	1	3	6	2	7	5	4	8
4	8	2	5	9	1	7	6	3
5	7	6	3	4	8	1	2	9
7	2	1	8	3	4	6	9	5
3	4	5	9	1	6	8	7	2
8	6	9	2	7	5	3	1	4

Umor

– Vecine, mama te roagă să-i împrumuți foarfeca dumitale cea mare.

– Dar voi n-aveți nicio foarfecă în casă?

– Ba da, dar mama zice că se strică dacă deschidem conserve cu ea.

În junglă, un misionar întâlnește un vraci care bătea de zor la tam-tam.

– Ce s-a întâmplat?

– Nu mai avem apă.

– Și acum invocați ploaia?

– Nu, chem instalatorul.

Un bețiv iese din bar și vede un bărbat în uniformă.

– Hei, băiete, cheamă un taxi!

– Cum îți permiți? Eu sunt ofițer în marina militară!

– Da? Atunci cheamă un vapor.

CRONICA TV

Dan Grigore, un exemplar spirit civic

Este binevenită inițiativa realizatorilor de emisiuni în care se dezbat probleme ale nației de a invita nu doar politicieni și comentatori politici ci și oameni de cultură, în special scriitori. Cei de la TVR1 și Realitatea TV sunt un exemplu în acest sens. Mulți dintre scriitori au o percepție a realității mai exactă, mai sănătoasă, în consens cu cea a opiniei publice, a cetățenilor de rând. Și capacitatea unor analize fine și nepărtinitoare. I-am văzut comentând pe poeții Mircea Dinescu (cu unele opinii controversate), Florin Iaru, pe criticul literar Alex. Ștefănescu, pe prozatorul Nicolae Breban...

Săptămâna trecută, la Realitatea TV, în emisiunea „Ediție specială", moderată de Octavian Hoandră, au fost invitați pianistul Dan Grigore – un om cu coloană vertebrală, cu un spirit civic deosebit – și poetul Dinu Flămând. Au abordat, în special, două teme. Una istorică în care au evocat șefi de stat și personalități politice din secolul trecut, punctând izbânzile și eșecurile lor și evocând cutume din viața privată. Dan Grigore l-a amintit printre alții pe Iuliu Maniu, popular, modest, care-și plimba câinele pe străzi, printre trecători.

Cea de-a doua temă a vizat probleme etice, civice, comportamentale, psihologice ale unor categorii de locuitori ai Capitalei care nu fac casă bună cu civilizația. Dan Grigore a făcut zoom asupra uneia dintre cele mai stresante și aberante situații care îi afectează pe bucureșteni, legate de transportul în comun care îi obligă, în anumite intervale ale zilei, să suporte umilințe revoltătoare, să stea înghesuiți, să respire un aer îmbâcsit, să asculte fără voia lor convorbiri telefonice purtate îndelung și deseori cu voce tare etc.

A subliniat și comparat două situații diferite: modul civilizat în care cei care așteaptă un maxi taxi, urcă unul câte unul, și cel „barbar" în cazul celor (a unora dintre ei) care se îmbulzesc într-un autobuz sau troleibuz. Aici a făcut o remarcă, pe care, îi cer scuze maestrului, trebuie s-o „amendez". A menționat faptul că, odată ajunși pe ultimele trepte, cei câțiva norocoși nu le mai permit accesul în autobuz celor care încearcă să urce. Păi dacă autobuzul e plin ochi, unde să mai urce? Iar dacă reușesc câțiva, masa de călători devine „compactă". Un adevărat dezastru! *(Dorin Măran)*

Dieta fiecărei zodii 4

BALANȚĂ

Caracteristici: Nativii acestei zodii simt o nevoie permanentă de a-şi păstra echilibrul. Iubiţi tentaţiile culinare şi sunteţi aproape incapabili să alegeţi o dietă perfectă din pricina indeciziei care vă macină. Vă schimbaţi rapid percepţiile asupra lucrurilor şi a oamenilor, iar acest fapt vă va influenţa şi atunci când urmaţi o dietă. Secretul constă în partenerul de viaţă sau membrii familiei care vă pot aduce mereu cu picioarele pe pământ şi care vă pot motiva. Este bine să evitaţi alimente şi produse bogate în grăsimi şi sare.

Sfatul zodiei: Vi se recomandă mai multă mişcare şi un meniu echilibrat.

Contrar convingerilor, nu sunteţi făcuţi anume a fi echilibraţi, ci scopul dumneavoastră este de a găsi şi a vă restabili echilibrul. Ar trebui să alegeţi un tip de dietă moderată, care să nu vă impună sacrificii prea mari. Ideal ar fi ca aportul zilnic să includă 40% carbohidraţi, 30% proteine şi 30% grăsimi. De fapt, acest stil de hrană este singurul care într-adevăr nu promovează un regim strict.

Zone sensibile: rinichii, regiunea lombară, fesele.

De regulă, nativii Balanţă se bucură de o sănătate bună. Venus, planeta guvernatoare, poate influenţa sănătatea rinichilor, regiunea lombară dar şi pielea, părul şi venele. Balanţele sunt cunoscute pentru trăsăturile lor fine şi plăcute. Primul lucru de care suferă nativii acestei zodii este durerea de spate, mai ales atunci când exagerează şi se extenuează.

Fosfatul de sodiu este elementul care echilibrează acizii din organism şi ajută la eliminarea toxinelor din corp. Cele mai bune surse pentru a acumula acest mineral sunt: morcovii, căpşunile, merele, stafidele, migdalele, sparanghelul, mazărea, porumbul, spanacul, sfecla, ridichile, roşiile, orezul brun şi ovăzul.

Cel mai bine li se potriveşte o dietă bogată în proteine, dar cu un consum redus de grăsimi, zahăr şi acizi. Ar trebui să consume mult peşte fript, fructe de mare, păsări de curte, carne de vită, iaurt degresat, salată verde, pâine şi cereale integrale. Obligatoriu este şi consumul de apă suficient pentru a vă elibera de toxine. Evitaţi consumul de alcool şi băuturi carbogazoase care nu sunt bune pentru rinichi.

Plantele medicinale favorabile: păpădie, gingko biloba.

Stimulente digestive: usturoi, ghimbir, ardei roşu.

SCORPION

Caracteristici: În aparenţă, sunt puţin rezistenţi pe plan fizic. Adesea sunt bolnavi sau afirmă că suferă de tot felul de afecţiuni. Vor face o mulţime de analize şi vor schimba doctorii foarte des. Chiar dacă au o tendinţă de îngrăşare specifică semnelor de Apă, vor găsi mereu o soluţie pentru a rămâne supli. Li se potrivesc dietele extreme, mai ales cele care aplică un control asupra impulsurilor şi o detoxifiere completă. Yoga şi consumul de sucuri din fructe sunt perfecte pentru organismul acestor nativi.

Sfatul zodiei: Vi se recomandă dieta Sonoma.

Secretul scăderii în greutate, nu constă în evitarea mâncărurilor, ci în savurarea mâncărurilor hrănitoare în cantităţi potrivite. Sunt permise aproape toate alimentele, deşi la început se evită consumul de produse bogate în grăsimi saturate, produse făinoase foarte rafinate şi cele care conţin zahăr. Dieta este recomandată persoanelor cărora le plac fructele, legumele, vinul şi alimentele sănătoase.

Dieta Sonoma este bogată în substanţe nutritive şi ingredienţi proaspeţi ca fructe, legume, cereale integrale, peşte şi nuci. Cele 10 alimente permise sunt: migdale, ardei graşi, afine, broccoli, ulei de măsline, struguri, spanac, căpşuni, roşii, cereale integrale.

Zone sensibile: sistemul genital şi urinar.

Nativii Scorpion sunt renumiţi pentru energia şi imaginaţia cu care vin pe această lume, însă sunt predispuşi la frecvente probleme legate de infecţii ale organelor sexuale: erupţii cutanate, cistite, boli ale tractului urinar. Planeta Pluto, cea care le guvernează zodia, reglementează formarea de celule şi funcţia de reproducere a organismului. Astfel, Scorpionii au o putere excelentă de recuperare.

Sulfatul de calciu este ingredientul principal în repararea ţesuturilor şi în rezistanţa la boli infecţioase. Căile respiratorii, gura, gâtul, esofagul, organele de reproducere şi intestinele au nevoie de acest mineral pentru a funcţiona sănătos. Deficienţa însă deschide calea spre răceli şi infecţii ale sinusurilor, erupţii cutanate greu vindecabile şi infertilitate. Alimentele bogate în sulfat de calciu sunt: sparanghelul, conopida, ridichile, ceapa, roşiile, smochinele, cireşele negre, nuca de cocos. Nativii Scorpion mai au nevoie şi de un aport sporit de calciu care poate fi luat din lapte, brânză şi iaurt. Alte produse folositoare lor sunt peştele şi fructele de mare, salata verde, sfecla, lintea, migdalele, citricele, fructele de pădure, merele, bananele şi ananasul.

Scorpionii nu ar trebui să consume prea multă mâncare la o masă, mai ales seara. Trebuie să manifeste o atenţie sporită faţă de apa pe care o consumă, fiind foarte sensibili. Alcoolul, de asemenea, îi afectează mai grav decât pe ceilalţi nativi ai zodiacului şi trebuie limitat consumul.

Plantele medicinale favorabile: salvie, busuioc.

Stimulente digestive: pătrunjelul verde, usturoi, frunze de măsline, boabele de ienupăr.

Vă amintim că acesta este doar un scurt ghid care să vă determine să vă orientaţi asupra celor mai eficiente diete, însă nu ar fi rău să vă consultaţi şi cu medicul dumneavoastră înaintea începerii unui regim alimentar şi să stabiliţi cu acesta, mai ales dacă mai aveţi şi alte probleme de sănătate, care este varianta cea mai bună. Informaţiile nu au fost concepute ca un substitut pentru îngrijire şi au fost publicate doar în scop educaţional şi nu destinate pentru a diagnostica sau a prescrie cuiva un tratament strict.

Pagină realizată de
CASANDRA

ÎN NUMĂRUL VIITOR

■ „Ardeţi cărţile neamului!" ■ În vacanţă, la... puşcărie ■ Eşecul Operaţiunii „Vântul nordic" ■ Eroarea fatală a lui Napoleon ■ Arheologia bizarului ■ Vrăjitorul nudurilor ■ Trondheim — Oraşul Sfântului Olav ■ Atenţie la depresiile adolescenţilor! ■ Apa potabilă — „certitudini" înşelătoare ■ Doctorul Inimă ne vindecă din interior

HOROSCOP

13-19 aprilie 2015

BERBEC 21.03-20.04

Aflaţi câteva veşti care vă bucură. Se pare că familia se măreşte printr-o căsătorie, o naştere sau chiar o adopţie. Indiferent de situaţie, vă simţiţi entuziasmaţi de venirea noilor membri. Dacă încă nu v-aţi căsătorit poate aceste evenimente vă pun puţin pe gânduri. Totul este să ştiţi ce vreţi!

TAUR 21.04-21.05

Parcurgeţi o perioadă tocmai bună pentru negocieri imobiliare şi aveţi o reală şansă de a vă îmbunătăţi relaţia cu familia. Nu subestimaţi această binecuvântare, ci mai bine profitaţi de „ofertă". De altfel, schimburile de replici dintre apropiaţi pot lua o întorsătură nedorită. Atenţie la tonalităţi!

GEMENI 22.05-21.06

Se poate să vă simţiţi un pic cam descurajaţi sau obosiţi, sau poate doar este urmarea unei perioade stresante care v-a cam extenuat. Amintiţi-vă doar că finalurile sunt urmate întotdeauna de începuturi. Oricum, viaţa este doar un peisaj în continuă schimbare.

RAC 22.06-21.07

Veţi munci din greu pentru a pune totul în ordine. Uneori, munca şi responsabilităţile vi se par a fi copleşitoare, dar până la urmă le priviţi ca pe nişte provocări. Asiguraţi-vă că veţi primi totuşi şi bonusuri pe măsură, fie în bani, fie persoana iubită vă trimite la cumpărături şi nu va ţine cont de nimic.

LEU 22.07-22.08

Rezistenţă şi stabilitate, cam asta vă conferă astrele în această săptămână. Vă faceţi câteva planuri legate de o călătorie amânată de ceva vreme şi de copii. Aceştia au nevoie de atenţia dumneavoastră şi de mai multă dragoste. Poate o mică excursie împreună i-ar distra foarte tare.

FECIOARĂ 23.08-22.09

Aveţi nevoie de sprijinul celor dragi pentru a vă simţi în siguranţă. Doar atunci veţi păşi mai departe cu încredere. Oricum, cei din familie vă arată înţelegere şi dragoste şi fără să le-o cereţi. În weekend vă bucuraţi de vizita unor galerii de artă şi muzee, sau plimbări prin parcuri. Asta vă inspiră şi vă aduce fericire.

BALANŢĂ 23.09-22.10

O schimbare la locul de muncă sau de locuinţă vă convinge că nu totul arată aşa de rău cum vi se pare. Amintiţi-vă să vă duceţi un pic mai devreme la culcare decât o faceţi de obicei, deoarece stările de epuizare pe care le simţiţi sunt sigur de la stresul acumulat. Deşi poate vi se pare banal, dar este singurul remediu care vă încarcă bateriile.

SCORPION 23.10-21.11

Reputaţia şi succesul în carieră vă aduce mai mult respect printre colegii de la serviciu. Trebuie însă să vă revizuiţi un pic situaţia financiară şi să luaţi măsuri începând chiar de la cheltuielile zilnice. Un pic de economie acum, vă conferă mai târziu o lejeritate. Curând se apropie şi vacanţa!

SĂGETĂTOR 22.11-21.12

Vreţi să elaboraţi un plan de lucru bine pus la punct. Şi acasă se simte nevoia unei mai bune organizări, mai ales dacă veţi reuşi să faceţi investiţiile în domeniul imobiliar. Un schimb de locuinţe sau chiar achiziţia unei noi case vă pun în acţiune însă veţi faceţi faţă solicitărilor doar dacă veţi acţiona prompt.

CAPRICORN 22.12-19.01

Astrele vă influenţează modul de a acţiona în aceste zile şi veţi lua hotărâri pe ultima sută de metri fără a pune în cumpănă prea multe. Vă faceţi planuri de viitor legate de familie sau locuinţă. Oricum, câteva schimbări sigur apar prin casă.

VĂRSĂTOR 20.01-18.02

Primiţi sfaturi importante de la cineva mai în vârstă sau mai experimentat. Făceţi-vă timp pentru a-l asculta şi veţi învăţa poate câteva lucrui noi. Comunicarea cu cei din jur se face anevoios. Se pare că v-aţi pierdut din răbdare şi asta nu vă ajută deloc să îmbunătăţiţi situaţia.

PEŞTI 19.02-20.03

Sunteţi axaţi pe carieră, venituri şi planurile de la locul de muncă. Se pare că şi reuşiţi, acumulând realizări după realizări. Asta este calea succesului. Totul este să nu vă abateţi din drum. Cineva spunea că hobby-urile costă bani, dar interesele sunt gratuite. Mare dreptate avea...

Nativul săptămânii: SAMUEL BECKETT (13.04.1906 - 22.12.1989)

A fost un dramaturg, nuvelist şi poet irlandez. Majoritatea operelor sunt scrise în limba franceză. Piesele aparţin teatrului absurdului, îmbinând umorul cu un sentiment devastator de durere şi înfrângere. Acest nativ al zodiei Berbec a fost distins cu Premiul Nobel pentru literatură în anul 1969.

TELEFONUL CITITORULUI
Pentru a afla direct de la cititorii noştri opiniile legate de conţinutul revistei, apelaţi numărul de telefon:
0213178964

Abonamente la „Magazin" direct la redacţie!

PERIOADA	VALOAREA
❑ 1 LUNĂ	6,00 LEI
❑ 2 LUNI	12,00 LEI
❑ 3 LUNI	18,00 LEI
❑ 4 LUNI	24,00 LEI
❑ 5 LUNI	30,00 LEI
❑ 6 LUNI	36,00 LEI

„Magazin" oferă fidelilor săi cititori avantajul de a primi revista cu promptitudine, la adresa dorită.

Abonaţi-vă la magazin

➲ Cheltuielile poştale prilejuite de expedierea abonamentului sunt suportate de redacţie.

➲ Nu aveţi decât să trimiteţi printr-un mandat poştal [pe adresa: Ionescu Simion — la Casa Editorială Magazin, Piaţa Presei Libere nr.1, sector 1, Bucureşti, cod 013701], contravaloarea abonamentului solicitat (vezi preţurile în talonul alăturat) şi puteţi beneficia de toate avantajele enunţate. În cazul în care nu specificaţi data de începere a abonamentului, acesta va fi expediat de la data încasării mandatului poştal. Pentru informaţii suplimentare vă rugăm să sunaţi la tel. 021.317.89.65 sau 0722.625.622.

➲ Cititorii din străinătate pot contracta abonamente, achitând contravaloarea abonamentului dorit (50 euro sau 70 $, un abonament pe şase luni; 25 euro sau 35 $, un abonament pe trei luni) în conturile societăţii.

CUPON MANDAT POŞTAL
Nr. .....
EXPEDITOR
Nume .....
Prenume .....
Str. ..... Nr. .....
Bloc ..... Scara ..... Etaj .....
Ap. ..... Cod .....
Localitatea .....
Judeţul/Sectorul .....
Telefon .....
Suma în cifre (LEI)
Ştampila cu data prezentării
RAMBURS C.P. NR. .....

MANDAT POŞTAL
DESTINATAR
Nume IONESCU SIMION — la
Prenume C.E. «MAGAZIN» S.R.L.
Str. Piaţa Presei Libere Nr. 1
Bloc ..... Scara ..... Etaj ..... Ap. .....
Cod 013701 Localitatea Bucureşti
Jud./Sect. 1 Tel. .....
C.N.P. .....
Expeditor .....
Localitatea .....
Suma în cifre (LEI)
Suma în litere (LEI)
RAMBURS C.P. NR. .....

Sigiliu control mandate
POŞTA ROMÂNĂ RO
Verificator, ...
INDICAŢII SPECIALE .....
Nr. mandat poştal .....
Confirmăm suma de lei .....
(în cifre şi litere)
Semnătura salariatului .....
Diriginte .....
Ştampila cu data prezentării
Sigiliu cu sigla RO

TELEFON RECLAMAŢII ABONAMENTE
0722625622

Biblioteca Judeţeană
MUREŞ

SERIE NOUĂ - 1241 ● ANUL LVIII ● 16 APRILIE 2015 ● 16 PAGINI ● 2 LEI Nr. 15 (2991)

magazin

Mail: redactia@revistamagazin.ro Adresă INTERNET: www.revistamagazin.ro

SĂPTĂMÂNAL CULTURAL - ŞTIINŢIFIC INDEPENDENT

■ *Dintre toate lucrurile, timpul ne dă cel mai mult de cugetat.*
Lucian Blaga

■ *Faima rugineşte dacă nu o cureţi prin muncă în fiecare zi.*
Nicolae Iorga

Caleidoscop

„Ardeţi cărţile neamului!”

Femina club

Pentru dumneavoastră, doamnă

Sugestii pentru a descifra coafura ideală

Dosarele frumuseţii

Ten catifelat

Istorii uitate

EROAREA FATALĂ a lui Napoleon

Consultaţii fără plată

ATENŢIE la depresiile adolescenţilor!

Cum erau privite unele animale în urmă cu câteva secole

Bestiarul medieval scos la lumină

În lipsa cărţilor de cultură generală, oamenii Evului Mediu din Europa luau superstiţiile drept realitate, iar lucrurile incredibile erau acceptate cu uşurinţă ca adevăruri de necontestat. Azi, toată lumea ştie ce este un câine sau o albină, dar în acele vremuri poveştile fabuloase erau considerate non-ficţionale.

În Evul Mediu, poveştile înfrumuseţau vremurile plictisitoare şi oamenii puneau mare preţ pe ele. Pe atunci, oamenilor le plăceau mai ales poveştile despre animale şi cum nu aveau alte surse de informare, cele mai căutate erau „bestiariile”, adică acele cărţi care descriau animalele şi mediul în care trăiau.

Azi, dacă vrem să aflăm ceva, avem la dispoziţie Internetul, eventual situl *The medieval bestiary*, dar în Evul Mediu oamenii aflau lucruri despre animalele pe care le întâlneau nemijlocit numai din scrierile unor copişti care avuseseră drept sursă cărţile unor antici precum Pliniu cel Bătrân sau Augustin din Hipona care trăiseră cu mai bine de o mie de ani înainte. Din Bestiarul medieval amintit aflăm azi ce impresie ciudată aveau oamenii Evului Mediu despre unele animale sau vietăţi şi, mai ales, cât de eronată era viziunea lor după cum scrie listverse.com.

Albinele. Azi ştim o groază de lucruri despre cele care Einstein credea că dacă ar dispărea, ar dispărea şi viaţa pe Pământ. În Evul Mediu, oamenii credeau că ele nu se „nasc” ca toate celelalte animale, ci din corpurile putrezite ale boilor sau viţeilor. Uneori se credea că albinele se trag din viermii care se dezvoltă în corpul vitelor moarte. Trecând la organizare, despre albine se credea că alegeau pe cea mai nobilă dintre ele pentru a le fi rege şi că purtau războaie!

Se mai credea că albinele au un cod de legi bazate pe obiceiuri. Nu exista pedeapsa cu moartea sau pedepsirea răufăcătorilor. Răufăcătorii pur şi simplu erau învăţaţi să se sinucidă cu propriul ac cu venin. Asta pentru că albinele criminale nu suportau să trăiască cu conştiinţa vinovată. De asemenea, albinele erau considerate păsări, de fapt, cele mai mici păsări. Păsări care se nasc din viermi? Probabil că umorul din Evul Mediu era mai dezvoltat decât cel de azi...

Cucul. Dacă doar cei care trăiesc la sat mai ştiu ce e aia un cuc, în vreme ce orăşenii pot eventual să-şi mai amintească doar vechile ceasuri cu cuc, în bestiariile medievale ei, cucii, erau pomeniţi ca nişte păsări cu obiceiuri ciudate. De exemplu, corpul lor era plăpând, cu aripi mici şi scurte, ceea ce îi făcea să nu poată zbura pe distanţe mai lungi. Aşa că această pasăre mică şi leneşă avea o soluţie interesantă pentru a trece peste acest handicap: zbura agăţată pe spatele uliilor!

Nu ştim cum de reuşeau să facă asta, dar asta credeau oamenii în Evul Mediu. Şi nu era singurul exemplu de lene a cucului. Nici să lucreze prea mult nu le plăcea, adică să pună osul la treabă cum am spune azi. Nici măcar să aibă grijă de puii de-abia ieşiţi din ou: aşa că îşi lăsa ouăle în cuibul altor păsări şi apoi îşi vedea de viaţa sa tihnită. Astăzi se ştie că unele specii de cuci îşi abandonează puii în cuiburi străine, ceea ce demonstrează că măcar în unele privinţe scriitorii medievali nu s-au înşelat.

Câinele. Azi vorbim, fără să clipim, despre cel mai bun prieten al omului. Cu câinele se pleacă la vânătoare, câinele ne apără familia şi casa, câinele îi ajută pe cei cu handicap etc. Cu ei împărţim mâncarea, fotoliul, de ei avem grijă ca de un membru al familiei. Se spune că ei sunt lângă noi încă de pe vremea când am aruncat o bucată de carne unui lup. Oamenii medievali aveau o părere şi mai bună despre câine. Ei îşi puteau vindeca rănile lingându-le. Această observaţie nu e deloc eronată, orice om care a avut un câine ştie că acest lucru este real. Ceea ce pare incredibil pentru noi este credinţa medievală conform căreia, un câine aşezat peste un om îi poate vindeca acestuia orice leziune internă!

În alte poveşti se vorbeşte despre loialitatea şi curajul câinilor. Puţină lume a auzit despre „câinii regelui Garamantes”. Garamantes este o civilizaţie antică de nomazi berberi stabiliţi în Libia actuală, cu un stat (imperiu) organizat în oraşe, cu un limbaj scris şi o tehnologie avansată. Ei bine, povestea medievală vorbeşte despre faptul că regele a fost prins la un moment dat de inamicii lui. El a fost salvat nu de armata sa sau de cavalerii credincioşi lui, ci de cei 200 de câini ai lui. Mai mult decât atât, câinii l-au însoţit pe rege înapoi la castelul său.

Alte poveşti medievale vorbesc despre loialitatea unui câine faţă de stăpânul său care fusese omorât. Câinele a stat alături de cadavru până când au apărut oamenii din sat. Povestea spune că în mulţime a apărut şi criminalul care s-a apropiat de omul mort, arătându-se îndurerat în ideea că lumea nu avea cum să-l bănuiască de ceva. Numai că atunci câinele l-a simţit şi l-a recunoscut imediat, sărindu-i la gât. Omul a recunoscut imediat crima cerând oamenilor să ia câinele furibund de pe el.

Capra. E un animal binecunoscut, toţi am citit în copilărie poveştile cu capre (Capra cu trei iezi, de pildă). Desenele medievale şi descrierea caprelor din acele timpuri sunt cât se poate de exacte. Cu excepţia unui singur lucru. Aparent, masculii, adică ţapii, erau consideraţi creaturi lascive, lubrice şi asta făcea ca sângele lor să fie foarte fierbinte. Atât de fierbinte încât se spunea că poate dizolva diamantele, cea mai dură substanţă din lume! Diamantul era o piatră, spune autorul acestor descrieri medievale „care nu poate fi spartă nici de vreun metal nici distrusă de foc”.

Partea curioasă a acestei descrieri este faptul că nu înţelegem cum au reuşit să testeze această teorie. Pentru că ar fi fost şi mai simplu să demoleze această prezumţie prin simplul argument că dacă sângele ţapului era în asemenea hal de fierbinte, cum de nu topea lama cuţitului cu care erau sacrificaţi ţapii. Un caz în care o teorie este discreditată tocmai de experimentul direct.

Pelicanul. Pelicanul, cu care azi ne mândrim atât că mai există în Delta noastră, este o pasăre cuminte şi nevinovată. Să nu uităm că pelicanul era pasărea drăguţă, dar puţin cam nebună, prietenă a lui Ariel din basmul *Mica sirenă* al lui Andersen. De obicei, pelicanul poate fi întâlnit în apropierea mării şi este complet inofensiv. Pentru omul din Evul Mediu, însă, era o prezenţă terifiantă. Pelicanii au pui, ceea ce este perfect normal. Dar conform bestiarelor medievale, atunci când puii vor să se strângă pe lângă pelicanii părinţi, acestora le sare ţandăra şi îi atacă.

Nu e doar o dojană părintească, ci îi lovesc cu cruzime, destul să le provoace moartea. Exact, pelicanii îşi omoară progeniturile. Dar cruzimea gratuită se termină, într-un final, cu bine. După trei zile, mama se ciupeşte cu ciocul până se însângerează. Atunci când picăturile de sânge de mamă cad peste puii morţi, ei învie subit. Dar aceasta nu este singura citire greşită a „experţilor” Evului Mediu. Ei mai credeau că unele specii de pelicani mâncau crocodili! De aici şi imaginea lor terifiantă în acele vremuri.

Şoarecele. Dacă despre albine se credea că se nasc din viermi, despre şoareci se credea ca se nasc din mizerie. Asta pentru că şi ei şi mizeria erau pretutindeni în acea vreme. Mus (mouse = şoarece) venea de la humus (pământ, praf, murdărie). Unii credeau ca şoarecii se nasc din particulele de praf cărora le creşteau picioare şi coadă. Pliniu cel Bătrân, de pildă, credea în mod ciudat că şoarecii se reproduc prin lingerea corpului lor sau a sării. Tot el credea că şoarecii egipteni sau alpini au calitatea unică de a merge pe două picioare, ceea ce pentru cei care se sperie de şoareci şi azi, şoarecii bipezi hoinărind prin casă ar fi un spectacol de groază.

Azi, noi credem că ştim totul (mai puţin cum au fost construite piramidele egiptene, de exemplu). Cine ştie, peste o mie de ani, câte poveşti din enciclopediile actuale (nişte bestiarii moderne) nu vor părea ridicole în ochii urmaşilor noştri, aşa cum nouă ne par azi unele poveşti din bestiarele medievale.

SUDOKU

jocul săptămânii: 15

9						1		
				8	7		5	
2					1		4	
6			7	5				4
		5				6		
7				1	6			8
	3		5					2
	7		4	3				
		2						7

Soluţia în numărul viitor

TV

■ TVR 1 ■ Pro TV ■ Antena 1
■ TVR 2 ■ Prima TV
■ Acasă ■ Pro Cinema

15

5 948427 000119

Biblioteca Judeţeană MUREŞ

În vacanţă, la... PUŞCĂRIE

Subiect de mare actualitate la noi datorită găzduirii temporare a unor infractori din regnul acelei hidoase creaturi nesăţioase, hibridul business-politician, închisoarea nu e întotdeauna ceea ce ni s-a spus şi ce ar trebui să fie. Pe de o parte, putem vorbi despre foste închisori mai mult sau mai puţin celebre, care nu au fost lăsate să devină ruine, ci au fost transformate în obiective turistice, dar şi în mult mai profitabile hoteluri de lux (sic!) asaltate de indivizi bogaţi şi mari amatori de morbid.

Menţionăm în treacăt doar „vedeta" Alcatraz, stâncă-puşcărie de pe insula cu acelaşi nume, transformată într-un veritabil loc de pelerinaj de americani, ori Het Arestthuis, o splendoare de hotel de 5 stele din Olanda, amenajat însă într-o fostă închisoare de secol 19.

Pe de altă parte însă, penitenciarul funcţional de astăzi arată – nu de puţine ori – mai fascinant decât casa din visele oricărui om de rând.

Totuşi, acolo se presupune că îşi ispăşesc pedepse ticăloşi care au violat şi au ucis oameni, care au furat din greu şi au nedreptăţit zeci şi sute de semeni prin vicleşuguri şi alte fapte abominabile, care au călcat pe cadavre, aruncând în ghearele disperării, ale pierzaniei, ale morţii, copii şi bătrâni, tinere needucate şi săraci lipiţi, oameni nechibzuiţi plini de naivitate.

Vă amintiţi de criminalul norvegian Anders Behring Breivik, cel care în iulie 2011, după un atentat armat la Oslo, a ucis în câteva minute, pe Insula Utoeya, 77 de tineri şi a rănit alţi peste 200?

Ei bine, omul se ştie că a fost arestat pe 22 iulie, dar mai puţini cunosc şi că trăieşte confortabil în închisoarea de lux Ila, de lângă Oslo, având la dispoziţie 3 încăperi dotate inclusiv cu aparatura necesară unei existenţe decente!

Dacă „garsoniera" teroristului scandinav seamănă, să zicem cu una de la noi relativ accesibilă, din Drumul Taberei, numai privind imagini cu închisoarea construită de francezi la Nancy veţi spune că o asemenea viaţă de „puşcăriaş" pesemne că şi-ar dori să ducă trei sferturi din români (şi nu numai).

Săli de spectacole, biblioteci, terenuri şi săli de sport, bucătării, piscine etc. – toate dotate cu aparatură de ultimă generaţie, dar şi întinse spaţii verzi pentru agrement ori ateliere pentru practicarea, după preferinţe, a unor meşteşuguri deloc obositoare, „decorate" cu gardieni glumeţi, radioşi, buni de pus la rană: iată cum nici măcar vacanţa ideală a românului nu ajunge să ofere (cu sau fără voucherele obligatorii).

Dar, mă rog, asemenea stabilimente nu sunt pentru găinarii cei sărăntoci, ci pentru marii infractori, care mai nou îşi construiesc şi puşcării confortabile, măcar aşa, să nu se spună că „lungul braţ al legii" nu-i atinge şi pe ei. După care, tot prin îngăduinţa legilor, sunt liberi. Să o ia de la capăt, desigur!

A fost distrusă MASCA DE AUR?

Una dintre cele mai preţioase opere ale Egiptului antic — masca din aur a lui Tutankhamon, cu o vechime de peste 3000 de ani — a fost victima unor „incidente" din timpul lucrărilor de curăţare — restaurare care au avut loc la Muzeul egiptean din Cairo unde e depusă mumia. Există mai multe variaţiuni ale informaţiilor furnizate.

Din unele reiese faptul că masca a fost afectată, din altele, că ar fi fost distrusă. Barba, de pildă, s-ar fi desprins în timpul lucrărilor. A fost lipită imediat cu un adeziv nepotrivit, o substanţă cu mare putere de aderenţă extrem de rapidă, cu proprietăţi ireversibile — o răşină epoxidică. Numai că fragmentul desprins nu a fost aşezat corespunzător. Când şi-a dat seama că poziţia bărbii nu era cea potrivită, restauratorul care a efectuat operaţiunea a luat o spatulă încercând fără succes să o dezlipească, deteriorând-o. N-a reuşit nici să elimine urmele adezivului. Între barbă şi faţă a rămas un strat de răşină galben.

O asociaţie egipteană care militează pentru protejarea patrimoniului cultural al ţării a depus o plângere la Ministerul antichităţilor în care a fost incriminat modul neprofesional şi precipitat în care s-a făcut restaurarea.

Tutankhamon a domnit în Egipt între 1336 şi 1327 (î.Hr.), începându-şi domnia la 8 sau 9 ani. Cauza morţii sale a rămas un mister. Un lucru e cert: decesul s-a produs în urma unei (unor) lovituri în zona craniană. La o partidă de vânătoare sau în urma unei tentative de asasinat.

DORIN MĂRAN

Nou-nouţ

Să vorbim corect!

O greşeală frecvent întâlnită chiar în vorbirea celor care manifestă atenţie în acest sens este folosirea pluralului adjectivului *„nou-nouţ"* sub forme ca „haine *noi-nouţe"*. Ştim cu toţii că adjectivul se acordă cu substantivul în gen, *număr* şi caz dar în această situaţie cuvântul „nou" are valoare adverbială şi deci rămâne neschimbat.

Greşeala este întâlnită numai în formele de plural, niciodată la feminin singular. Nimeni nu spune *„haină nouă-nouţă"* ci *„haină nou-nouţă"*.

Aşadar, pentru plural formele corecte sunt *„nou-nouţe"* (feminin) şi *„nou-nouţi"* (masculin).

De asemenea forma corectă de plural pentru *„nou-născut"* este *„nou-născuţi"* şi nu *„noi-născuţi"* cum auzim, din nefericire, din când în când. *(I.S.)*

Starea de veghe

„Ardeţi cărţile neamului!"

Să nu vă şocheze titlul acestui articol: de-a lungul timpului, satrapi odioşi şi iude cu suflete de diavol chiar au pus în practică această chemare asasină la distrugerea valorilor civilizaţiei umane.

Uneori, nimicirea ireversibilă a tezaurelor spirituale ce aparţineau, la un moment dat, inamicului unui cuceritor prin vărsare de sânge, a putut fi „explicată" prin confruntarea atroce a valorilor iscate de minţile bolnave de ură. Vezi, recent, faptele demente ale aşa-zişilor islamişti care par ieşiţi din bolgiile cele mai înfricoşătoare, cei ce au transformat în neant creaţii artistice universale inestimabile. Dar se poate şi mai mult: să îţi urăşti într-atât propriile rădăcini, încât să ataci cu demenţă şi iresponsabilitate însăşi fiinţa din care te tragi, incitând totodată la asemenea genocide culturale.

Nu mai e un secret pervertit în „tabu" faptul că după 1989 s-au instrumentat asalturi concentrate împotriva istoriei, culturii, învăţământului românesc, în primul rând prin tentativa de îndoctrinare mizerabilă a generaţiilor tinere. De la regii daci asemuiţi cu un fel de macho ai tabloidelor imunde şi insinuarea unor imaginare boli mentale ale unor domnitori, făuritori de istorie, de artă, literatură şi ştiinţă, până la cocoţarea pe socluri otrăvite a unor creaturi groteşti şi agresive, practic s-a lucrat în ultimele decenii cu tot arsenalul ponegririi şi umilirii neamului. Iar această „implozie" a întunericului din fiinţa umană nu ar fi posibilă fără contribuţia „entuziastă" şi patetică chiar a unora dintre ai noştri. Un scurt episod, mai mult decât edificator, probabil îi va cutremura pe mulţi care încă mai cred că românii nu sunt gunoaiele unei lumi noi ce se tot ridică pe disperare şi suferinţă inimaginabilă.

O aparent banală întrunire recentă a cadrelor didactice, cu invitaţi din domenii adiacente sistemului de învăţământ, i-a îngheţat la un moment dat, pentru minute bune, pe majoritatea celor prezenţi. Un vorbitor de la tribună (carevasăzică, om important pentru tagma lui, nu?), le-a cerut la modul patetic profesorilor să ardă toate cărţile în care apar creaţii ca Mioriţa şi Meşterul Manole! Fiindcă – „argumenta" intelectualul cu papion de hârtie – ce fel de bărbat e acela care aşteaptă să-l căsăpească pe la spate doi „colegi de serviciu" (ciobanul din Mioriţa, aţi înţeles!) ori soţul (Manole) care îşi omoară tânăra consoartă, în loc să-şi mute „şantierul" mănăstiresc pe un loc mai trainic?!

În fine, poate că individul rostea o partitură pentru care trebuia să-şi primească recompensa ori poate că atâta reuşeşte el să proceseze din ceea ce va fi citit şi din ce a primit de la părinţii săi. Dar de aici şi până la a cere distrugerea propriei identităţi naţionale distanţa e ca de la prostia inofensivă la asasinate în serie. Şi poate că, întâlnind asemenea făpturi, ar fi bine să ne amintim mereu mesajul răscolitor al imnului aromânilor: *„Blestem mare să aibă-n casă / Care de limba lui se lasă."*

Pagină realizată de
ADRIAN-NICOLAE POPESCU

Săptămânalul „Magazin" este editat de
CASA EDITORIALĂ „MAGAZIN" S.R.L.
magazin
Înmatriculată la Oficiul Registrului Comerţului Bucureşti sub nr. J/40/2623/1991 din 8 mai 1991.
Adresa: Bucureşti sector 1, Piaţa Presei Libere nr.1, cod. 013701.

CONSILIUL DE ADMINISTRAŢIE:
ECATERINA BĂTRÂNEANU – Preşedintă
GEORGE CUŞNARENCU – Administrator
NICUŞOR DINCĂ – Administrator

ISSN 0258-1523

REDACŢIA: Telefon: 021.317.89.64
Paul Ioan, Dorin Măran, Irina Stoica, Ionel Cojocaru, Adrian-Nicolae Popescu

ECHIPA DE SERVICIU:
Responsabil de număr: Dorin Măran
Secretar de redacţie: Ionel Cojocaru

PUBLICITATE: Tel./Fax: 0722.625.622
DIFUZARE: Tel./Fax: 021.317.89.65
Nicuşor Dincă (director) - 0722.625.622, Simion Ionescu
FINANCIAR-CONTABIL:
Cont: RO74 BACX 0000 0030 0016 0000 (LEI) Unicredit Ţiriac Bank S.A. - Sucursala Panduri
Cont: RO24 RNCB 0072 0496 8985 0001 B.C.R. – Sector 1, Bucureşti

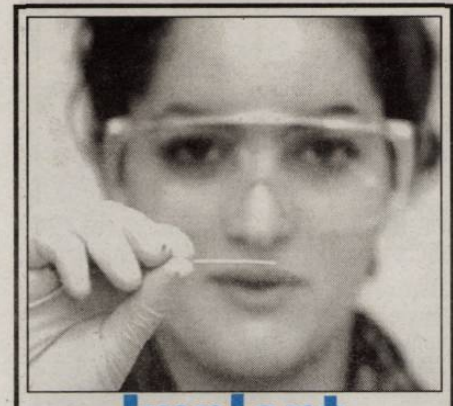
COLEGIUL DE REDACŢIE:
ECATERINA BĂTRÂNEANU *Preşedintă a Consiliului de Administraţie*
Tel./Fax: 021.317.89.66
GEORGE CUŞNARENCU Redactor şef
ADRIAN HOAJĂ, PAUL IOAN, MELANIA CONSTANTINIU

Cititorii din străinătate se pot abona prin Casa Editorială „Magazin" S.R.L. Piaţa Presei Libere nr.1, sector 1, Bucureşti, România
Fax: 021.317.89.66

TEHNOREDACTARE COMPUTERIZATĂ:
„MAGAZIN"
Gabriela Niţu, Rodica Niţu

Redactorii semnatari ai articolelor publicate în revistă sunt direct răspunzători, material şi din punct de vedere juridic, pentru exactitatea şi corectitudinea celor relatate. Revista îşi declină orice responsabilitate.

Tiparul: **INTACT S.A.**



Implant cerebral

Cercetători de la Massachusetts Institute of Technology (MIT) din SUA au realizat un implant pentru studiul activității neuronilor: o fibră multifuncțională mai subțire decât un fir de păr, implantabilă în creier. Aceasta este prevăzută cu 3 „canale".

Unul optic, util în demersuri optogenetice (ce presupun stimularea activității neuronilor prin impulsuri luminoase). Un altul transportă în același timp molecule terapeutice. Ultimul este un electrod ce conduce electricitatea permițând astfel urmărirea simultană a activității electrice a neuronilor stimulați.

Fibra a fost experimentată pe animale, urmând să fie efectuate și testele în cazul omului, cea mai importantă țintă terapeutică constituind-o maladia Alzheimer.

Cel mai mare crater de impact din lume

Asteroizii care au lovit Terra înaintea apariției omului au lăsat foarte puține urme. Unele dintre acestea, ale unui crater cu cea mai mare anvergură dintre cele identificate, au fost descoperite, în Warburton Basin din centrul Australiei, în timpul unor lucrări de foraj pentru săparea unor puțuri geotermale. Se estimează că ar avea o suprafață de 400 km².

După ce au fost observate structuri bizare în pământul degajat au fost cooptați oameni de știință. S-au efectuat săpături în căutarea formațiunilor geologice din care proveneau eșantioanele. Și așa au fost descoperite structuri conținând fragmente de roci transformate în sticlă, ceea ce sugerează faptul că materialul a fost supus unor condiții extreme de temperatură și presiune. Condiții care au fost create de impactul unui enorm asteroid.

În realitate, este vorba despre două cratere apropiate, ceea ce ar însemna că asteroidul s-a rupt în două înainte de a lovi suprafața terestră. Deocamdată oamenii de știință nu se pot pronunța în legătură cu epoca în care s-a produs fenomenul. Se presupune că ar fi avut loc în urmă cu 300 milioane de ani. A provocat, fără îndoială, extincția a numeroase forme de viață fără să aibă însă consecințe dramatice pentru planetă așa cum s-a întâmplat în urmă cu 65 milioane de ani când un meteorit uriaș a căzut pe Terra creând un nor „apocaliptic" de cenușă ale cărei urme au fost identificate în sedimente în cea mai mare parte a lumii. Un nor care ar fi dus la dispariția în mare parte a vieții pe Pământ, inclusiv a dinozaurilor.

În acest caz, cercetătorii nu au găsit indicii similare. Studiul acestui impact ar putea duce la elaborarea de noi teorii importante legate de modul în care Terra a evoluat în cursul ultimelor sute de milioane de ani.

Cel mai mare crater de impact descoperit anterior se află în Africa de Sud – cunoscut sub denumirea de Vredefort – cu un diametru de 300 kilometri. Impactul ar fi avut loc în urmă cu două miliarde de ani.

Tramvai cu hidrogen, în circulație

Pe străzile orașului Qingdao, aflat pe coasta de est a Chinei, și-a făcut apariția un nou tip de tramvai fabricat de compania Sifang. O premieră mondială! Este dotat cu celule de combustibil pe bază de hidrogen care generează curent electric pentru motoare, permițându-i să ruleze pe o distanță de 100 de kilometri și să atingă viteza maximă de 70 km/h cu un număr maxim de 380 de călători.

Bateria este reîncărcabilă în doar 3 minute!, costul energetic fiind derizoriu. Evident, este ecologic. Nu emite decât apă. Mijloacele de transport în comun din diverse țări dezvoltate care utilizează hidrogenul sunt rare. În schimb, tot mai multe autoturisme sunt utilate cu baterii cu hidrogen.

Guvernul chinez a anunțat că în următorii 5 ani va investi 200 miliarde de yuani (23 miliarde de euro) în acest tip de poiect, tramvaiele urmând să circule pe o distanță de 1.800 kilometri. Următorul oraș, tot din sud-estul țării, va beneficia de tramvaie cu hidrogen în anul următor.

Până anul trecut China nu avea o strategie națională în dezvoltarea vehiculelor cu hidrogen. De-acum, calea este deschisă spre dezvoltarea acestei tehnologii ecologice care răspunde imperativelor legate de diminuarea poluării care în marile orașe ale Chinei a atins cote alarmante, în special vara.

Nu este primul tramvai din lume cu sistem de propulsie bazat pe hidrogen. În Spania a mai fost realizat un prototip, experimental!, care poate atinge viteza maximă de 20 km/h și transporta cel mult 30 de călători.

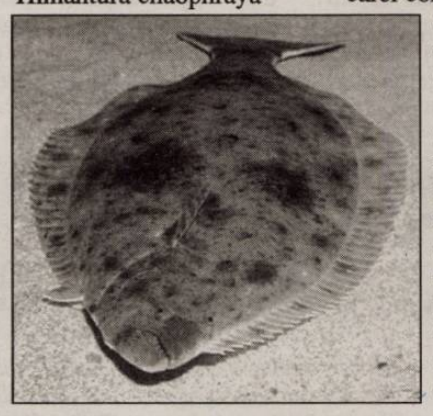
Pește de mărimea unui automobil

În timp ce explora fluviul Mae Klong din vestul Thailandei, o echipă de oameni de știință și pescari a intrat în posesia unei specii de calcan de dimensiuni impresionante: 2,4 metri în diametru, lungimea maximă fiind de 4,3 metri!, capturat la o adâncime de 20 de metri, în regiunea Auphawa.

Coada a fost scurtată în urma unei confruntări cu un prădător sau cu un exemplar din aceeași specie, varianta unui accident (prinsă între roci, de pildă) nefiind exclusă.

Creatura – o femelă pe cale de a depune icre – a fost studiată cu mijloace noninvazive într-un laborator după care a fost eliberată în locul în care a fost pescuită.

A fost supranumită peștele „big one", fiind cel mai mare de apă dulce capturat. Aparține speciei Himantura chaophraya



care populează fluviile și estuarele Asiei de sud-est. Exemplarul-surpriză! – a mai fost pescuit în 2009, studiat, repertoriat și dotat cu un inel prins în piele. În acea vreme, femela, al cărei corp avea un diametru de doi metri, era plină de icre.

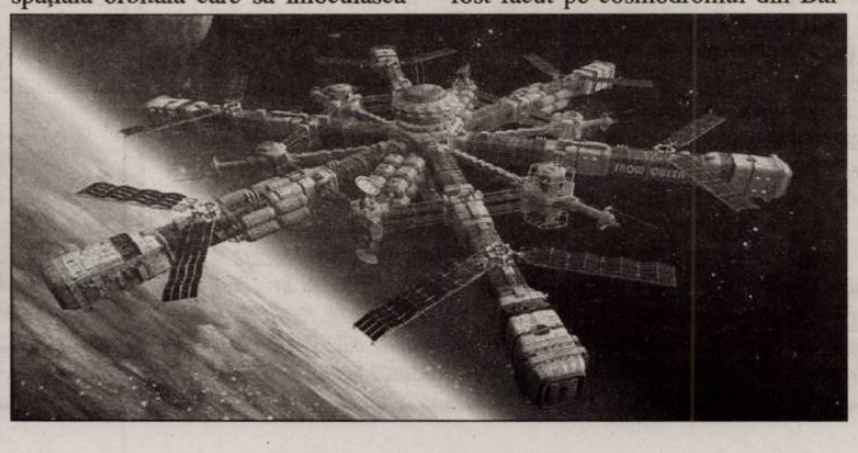
Neîndoielnic, acea zonă a fluviului era ideală pentru reproducerea speciei. Asemenea altor specii de pești, perioada de creștere maximă a calcanului uriaș depinde de resursele alimentare (pești mici și crustacee) și de calitatea mediului. Nu toate exemplarele ajung la dimensiunile celui pescuit recent.

Deocamdată, speranța de viață a acestor giganți este necunoscută. Se presupune, totuși, că trăiesc între 35 și 40 de ani, în funcție de mărimea lor.

Oricum, sunt în pericol de extincție pentru că nu există nicio lege care să reglementeze pescuitul lor abuziv, (reprezintă un „aliment popular") dar foarte dificil, având în vedere greutatea lor, și din cauza poluării apelor.

Colaborare spațială

Igor Komarov, directorul Agenției Spațiale Ruse Roscosmos, și-a făcut cunoscută intenția de a construi împreună cu NASA o nouă stație spațială orbitală care să înlocuiască Stația Spațială Internațională (SSI) după ieșirea acesteia la „pensie", prin 2024 (funcționarea acesteia ar putea fi însă prelungită). Comunicatul a fost făcut pe cosmodromul din Baikonur unde se afla alături de Charles Bolden, administratorul NASA.



După plasarea pe orbită în 1998, SSI a fost finanțată în cea mai mare parte de cele două țări, fiecare depinzând strâns una de cealaltă, cooperarea spațială continuând să fie deosebit de consecventă cu toate că Rusia anunțase că se va retrage din SSI prin 2020 și că va construi propria stație după 2024, urmând să-și retragă modulele.

În cadrul proiectului vor fi implicate și alte state. La sfârșitul lui martie o navetă spațială având la bord doi astronauți ruși și unul american a amarat pe SSI.

Pagină realizată de DORIN MĂRAN

Eroarea fatală
a lui Napoleon

Se cunosc multe rafturi de cărţi despre existenţa furibundă a lui Napoleon Bonaparte, însă există un eveniment crucial încă neexplicat de către istorici şi care ar putea fi limpezit, probabil, doar cu ajutorul psihologilor. Este vorba de o incredibilă scrisoare pe care împăratul a trimis-o celei de-a doua soţii, Marie-Louise, în iarna anului 1814, pe când se pregătea să-i înfrunte din nou pe aliaţi. Anglia pregătise a şasea coaliţie, care includea Prusia, Rusia, Austria şi Suedia.

Un gest de amator

La 24 ianuarie, Bonaparte se despărţea de Marie-Louise şi de fiul de trei ani, François Joseph Charles (pe care-l numea „regele Romei").

Împărăteasa Marie-Louise

Martorii spun că a fost o scenă de uriaşă tandreţe, dar gurile rele afirmă că a urmat un alt rămas bun, al cărui protagonistă a fost Maria Walewska (care-i dăruise şi ea un fiu, Alexandre, tot de trei ani). Apoi, într-un marş forţat şi în fruntea unei armate mult îmbunătăţite, suveranul se îndreaptă spre Bar-sur-Aube (nord-estul Franţei), unde-şi stabileşte statul major.

Însă la numai două luni de la despărţirea de Marie-Louise, Napoleon comite eroarea vieţii sale, decisivă pentru domnia sa. La 23 martie, el îi trimite Mariei o lungă scrisoare de dragoste, în care – culmea! – inserează şi date despre strategia stabilită pentru a-i surprinde pe aliaţi!

Ce l-a putut determina pe acest mare strateg militar să scrie despre tactica sa (şi încă unei femei total necunoscătoare a problemelor de pe câmpul de luptă), nu se poate înţelege.

Acest „Robespierre pe cal" avea pe atunci 45 de ani şi trecuseră zece ani de când fusese ales, prin plebiscit, „împărat al francezilor". Curierul călare a fost prins de complotişti sau a vândut el însuşi misiva fatală, bănuind că va fi prins de iscoade şi ucis.

În acele circumstanţe tulburi, un trădător precum mareşalul Auguste Marmont, aliat de circumstanţă cu comandantul prusac Blücher, pune stăpânire pe Paris şi-l obligă pe Napoleon să abdice. Închis la Fontainebleau şi copleşit de ticăloşia prietenului de tinereţe, ex-suveranul încearcă să se sinucidă prin otrăvire (12 aprilie 1814), însă tentativa eşuează.

Peste câteva zile este exilat pe insula Elba. Soţiei lui i se agravează brusc boala de plămâni şi moare la 29 mai. A urmat spectaculoasa revenire în Franţa (cele o sută de zile), apoi dezastrul de la Waterloo, din iunie 1815.

A lipsit un Iago

Nici cei mai apropiaţi generali ai săi n-au putut să creadă că acela pe care-l venerau a putut comite o astfel de greşeală. A dezvălui secrete militare într-o scrisoare de dragoste a fost impardonabil pentru un om cu experienţa lui.

Mulţi dintre fidelii săi au bănuit până-n ultima clipă că, de fapt, Napoleon voise să dea indicii false, bănuind că epistola ar putea fi interceptată. Însă aşa ceva s-ar fi potrivit cu gândirea unui Iago, or Bonaparte s-a purtat întotdeauna cu o sinceritate dezarmantă faţă de femeile iubite.

Istoricii şi cititorul atent al biografiilor lui spun că împăratul era deja prea sigur de el şi de anturajul său. Ar fi trebuit să-l pună serios pe gânduri tentativa de lovitură de stat din decembrie 1812, când generalul Malet voise să ocupe Parisul, răspândind zvonul că Bonaparte (aflat în „campania rusă") ar fi murit pe front.

Acest precedent nu l-a alarmat deloc şi doar astfel s-ar putea explica naivitatea de care a dat dovadă prin acel mesaj către Marie-Louise. Duşmanii îşi infiltraseră de mult spionii în preajma lui.

Fotodocument

Bătălia de la Seelow

Între 16 şi 19 aprilie 1945, trupe ale Armatei Roşii conduse de generalul Gheorghi Jukov au asaltat zona oraşului german Seelow, aflat la 90 de kilometri de Berlin. Din cauza apropierii de capitala Germaniei, această încleştare militară a fost parte a Bătăliei pentru Berlin, faza finală a celui de-al Doilea Război Mondial. Trupele germane, inferioare numeric, au fost conduse de generalul Gotthard Heinrich. Era una dintre ultimele bătălii în care au fost folosite tranşeele. Sovieticii au ieşit învingători. (În foto este artileria rusă)

Eşecul operaţiunii „Vântul nordic"

Spre finalul celui de-al Doilea Război Mondial, armatele lui Hitler, tot mai derutate şi cu moralul în scădere, au primit ordinul de a „zdrobi" inamicul care recucerise nord-vestul Franţei. Pentru führer, recuperarea Alsaciei şi a Lorenei era o chestiune de mare prestigiu, având în vedere modul facil în care fusese ocupată Franţa la începutul războiului. Numai că Wehrmacht-ul era slăbit de luptele grele duse cu sovieticii, iar generalii şi soldaţii de rând nu mai aveau aceeaşi încredere în liderul celui de-al Treilea Reich.

„Distrugeţi inamicul!"

Furia lui Hitler nu mai era un secret pentru nimeni. El se refugiase în celebrul buncăr Adlerhorst, în munţii Taunus, landul Hesse. Fortificaţia era adiacentă castelului Kransberg şi avea şapte incinte principale. Una era dedicată führerului, iar în celelalte se ascundeau liderii militari şi cei mai apropiaţi oameni politici ai lui Hitler. În „Camera numărul 1" führerul a luat decizia de a ataca aliaţii pe frontul din Alsacia şi Lorena (nord-vestul Franţei), conform Operaţiunii „Vântul nordic". Era 28 decembrie 1944 când Hitler ţinea un discurs plin de mânie la adresa aliaţilor, discurs terminat cu îndemnul „Zdrobiţi inamicul!".

Strategii cu care se sfătuia Hitler urmăreau să anihileze Armata a 7-a americană şi Prima Armată franceză din zona superioară a munţilor Vosgi şi, în consecinţă, să pună apoi în aplicare Operaţiunea „Dentistul" — care urmărea zdrobirea Armatei a 3-a americane. Practic, luptele din cadrul Operaţiunii „Vântul nordic" au debutat la 31 decembrie 1944, când trupele naziste conduse de Heinrich Himmler („Reich-führer SS") şi generalul colonel Johannes Blaskowitz au pornit o ofensivă majoră asupra armatei americane din acea regiune. Liderul acesteia era generalul de divizie Alexandr Patch. Dar imediat după ce atacul german a fost semnalat comandantului suprem al forţelor aliate din Europa, Dwight Eisenhower, acesta a decis suplimentarea logistică urgentă în Alsacia şi Lorena.

Castelul şi bunkerul Adlerhorst

Germanii doriseră să ia prin surprindere aliaţii prin Operaţiunea „Vântul nordic", atacând în noaptea revelionului 1944-1945. Însă reacţia americană a fost neaşteptat de promptă. La rândul lor, trupele franceze se aşteptau la o revanşă istorică a nemţilor faţă de Alsacia şi Lorena şi au stopat ofensiva germană.

De altfel, modul excepţional în care aliaţii au răspuns la ofensiva disperată a lui Hitler dovedea că nu mai exista o strategie militară logică a Wehrmacht-ului, ci acţiuni care mai degrabă păreau nişte zvârcoliri ale unei armate aflate într-o prelungită agonie. Luptele s-au încheiat cu victoria aliaţilor, la 25 ianuarie 1945.

Vis spulberat

Intenţia de a trece mult doritele regiuni Alsacia şi Lorena sub controlul german era o revanşă istorică. Aceste zone au avut o istorie plină de meandre, începând din Evul Mediu timpuriu.

După războiul franco-prusac, Napoleon al III-lea le-a pierdut, Franţa le-a recucerit în Primul Război Mondial, apoi le-a pierdut din nou în 1940, în favoarea lui Hitler, iar în finalul celui de-al Doilea Război Mondial, Alsacia şi Lorena deveneau regiuni franceze. Strasbourg-ul rămânea al Hexagonului.

Grup de Panzere la atac

Astăzi în istorie

16 aprilie 1319

S-a născut regele Jean al II-lea al Franţei

Monarhul francez Jean al II-lea, cunoscut şi sub porecla „Jean cel Bun", s-a născut la 16 aprilie 1319 la Le Mans, Franţa. El a aparţinut Casei dinastice Valois. Tatăl său a fost Philip al VI-lea al Franţei, încoronat pe când Jean avea nouă ani. Această ascensiune la tron a stârnit multe controverse, din cauza urmaşilor lui Philip cel Frumos, mort în 1314.

Situaţia politică tulbure din întreaga ţară şi interminabilele lupte pentru putere l-au determinat pe Philip să-şi căsătorească fiul numai din motive de „interes strategic". Iniţial, pentru Jean a fost aleasă Eleanor, sora regelui Angliei, dar ulterior a fost chemat pentru „consultări maritale" regele Boemiei, John de Luxemburg. Situaţia militară şi economică a condus la mariajul dintre Jean şi Bonne de Boemia, pentru că acest regat dorea să controleze Lombardia cu ajutorul Franţei.

În 1332, Jean a fost numit duce de Normandia. Încoronarea s-a desfăşurat în anul 1350, iar regele Jean al II-lea a domnit până în 1364. În perioada unei domnii cu evenimente dezastruoase în istoria Franţei s-a declanşat epidemia de ciumă („Moartea neagră", care a curmat vieţile a peste 150 de milioane de europeni), iar agresiunile militare ale englezilor în Franţa s-au soldat cu înfrângeri pentru francezi. Cea mai dezonorantă luptă a fost Bătălia de la Poitiers (19 septembrie 1356, încleştare majoră din cadrul „Războiului de O Sută de Ani"), în urma căreia însuşi regele Jean al II-lea a fost capturat. În fruntea englezilor se afla temutul Edward Prinţul Negru, fiul lui Edward al III-lea al Angliei.

Preţiosul prizonier a fost ţinut sub pază în mai multe castele, în cele din urmă ajungând în Turnul Londrei. Dar fiul său Louis s-a predat pentru a-şi elibera tatăl, ceea ce s-a şi întâmplat.

Numai că Louis a evadat după scurt timp şi onoarea regelui francez a ieşit în evidenţă când Jean al II-lea s-a predat din nou englezilor, lăsându-şi fiul în libertate.

La aproape un an de la gestul făcut de el (şi primit cu ovaţii de londonezi), Jean al II-lea se îmbolnăveşte şi moare la Palatul Savoy, în 1364. Corpul este repatriat şi Jean II este îngropat la basilica Saint Denis.

Pagină realizată de **PAUL IOAN**

Fenomene aerospaţiale neidentificate

Opinii despre extratereştri şi despre standardele duble

Nick Pope, actualmente jurnalist independent, a fost, în perioada 1985-2006, angajat civil al Ministerului britanic al Apărării, fiind între 1991-1994 şef al biroului în care erau investigate rapoartele OZN. Cărţile şi articolele sale l-au consacrat ca una dintre autorităţile ufologiei actuale. În 2011 el a fost invitat de guvernul Arabiei Saudite să facă o expunere la Forumul Global al Competitivităţii, un eveniment similar Forumului Economic Mondial de la Davos. Tot acolo au mai fost invitaţi, ca vorbitori, fostul preşedinte american Bill Clinton, fostul prim-ministru britanic, Tony Blair, sau fizicianul Michio Kaku. Publicul de bază provenea din comunitatea de afaceri, cum ar fi reprezentanţi ai companiilor Google, IBM, Boeing, Rolls-Royce sau Reuters.

Expunerea lui Pope privea implicaţiile economice şi financiare ale descoperirii vieţii şi civilizaţiilor extraterestre. Prezentarea a fost bine primită la Riad, în schimb unii ufologi, mai ales adepţii teoriei conspiraţiei, s-au revoltat. Ei au întrebat cum de a adus în această ecuaţie problema sordidă a banilor? Pope a încercat să răspundă criticilor săi printr-un articol, din care spicuim mai jos câteva argumente.

Există nenumărate discuţii privind consecinţele sociale ale întâlnirii cu o viaţă sau civilizaţie extraterestră: Ar exista panică pe străzi? Care ar fi efectul asupra credinţelor religioase, a ordinii politice, sau a viziunilor personale asupra lumii? Dar aproape niciodată nu s-a vorbit despre implicaţiile financiare. Pope propune mai multe scenarii.

Dacă s-ar descoperi viaţă microbiană (sau echivalentă) în Sistemul Solar, ar exista beneficii potenţiale imense în biotehnologie, inclusiv în domeniul armelor biologice. Misiunile spaţiale vor aparţine treptat sectorului privat, iar miliardarii vor fi dornici să se implice.

Cine e proprietarul omuleţilor verzi?

Un alt scenariu ar fi descoperirea unei exoplanete pe care să fie detectată viaţa prin analiza spectrală. În timp ce Uniunea Astronomică Internaţională (IAU) are reguli privind numirea de obiecte cereşti, ei recunosc deschis că nu deţin un monopol în acest domeniu şi că oricine poate adopta orice nume îi place. Dacă descoperirea s-ar face de către un individ sau o companie, descoperitorii ar putea, teoretic, să opteze pentru un nume gen „Planeta Pepsi". Ar merita oare, să zicem, pentru publicitate?

Un alt tip de întâlnire — drag ufologilor — este accidentul OZN. Ce se întâmplă dacă entitatea care dobândeşte o astfel de epavă nu este un stat naţional, ci o corporaţie? Achiziţionarea de tehnologii nepământene este un motiv destul de bun pentru a tăinui lucrurile. În raportul desecretizat „Condign", dedicat fenomenului OZN, elaborat de Ministerul britanic al Apărării, se face o trimitere explicită la „aplicaţii militare noi".

Un scenariu popular de contact cu o civilizaţie extraterestră este ascultarea cosmosului prin proiectele de tip SETI. Următoarea generaţie de radiotelescoape (cum ar fi *Square Kilometre Array)* va creşte substanţial şansele de detectare a unui semnal. Foarte probabil acest semnal va fi indescifrabil. Dar dacă ar fi cumva o „Enciclopedie galactică"? Informaţiile ne-ar putea ajuta, de pildă, să producem energie nelimitată dar şi să construim „bomba finală". Pământenii s-au dovedit destul de buni la transformarea cuceririlor ştiinţei în armament. Din nou, şi aici contează foarte mult dacă „primul descoperitor" va fi un individ, o companie sau un stat.

Chiar dacă — pentru firmele particulare — scenariul utilizării tehnologiilor rezultate din studiul fenomenului OZN are o probabilitate extrem de mică, impactul potenţial ar putea fi deci foarte mare, iar recompensele pentru câştigător ar putea fi fabuloase. Iar guvernele ar putea încuraja participarea sectorului privat, fie şi pentru a ţine domeniul în afara controlului parlamentar şi al aplicării legislaţiei libertăţii de informare...

* * *

Un alt articol — mai recent — al aceluiaşi Nick Pope, abordează un subiect mult mai sensibil, anume dublul standard care se aplică ufologiei. „În cazul în care aş anunţa" — scrie Pope — „că am de gând să intru în contact telepatic cu extratereştrii, mulţi oameni m-ar eticheta drept nebun. Dacă aş cere şi o donaţie pentru eforturile mele, aş fi, fără îndoială, condamnat ca şarlatan şi infractor. Probabil că mass-media m-ar ataca sau ridiculiza, iar guvernul, în cel mai bun caz, m-ar ignora".

Dar el se întreabă ce ar fi dacă ar schimba un pic termenii folosiţi. Dacă, în loc de fiinţe ale căror cunoştinţe merg mult dincolo de cele ale umanităţii, ar vorbi de o singură entitate, atotputernică, lucrurile ar deveni dintr-o dată mult mai acceptabile. Ar trebui să renunţe desigur la sintagma „contact telepatic" folosind, în locul acesteia, cuvântul „rugăciune". Şi, mai ales, ar trebui să evite termeni precum „extraterestru" sau „interdimensional", înlocuindu-le cu „Dumnezeu". Dacă ar face acest lucru — spune Pope — o mare parte din lumea bună l-ar privi dintr-o dată, nu ca pe un individ plecat cu pluta, ci ca pe

un stâlp vrednic al comunităţii. Şi dacă ar umbla în jur cu o tavă, după un serviciu religios şi ar căuta donaţii, probabil că i s-ar acorda, evitând şi acuzaţiile de fraudă.

Pope comentează că i se pare că aici avem de-a face cu standarde duble. Afirmaţia că ar putea exista civilizatii extraterestre în altă parte în Univers este privită ca o credinţă „de graniţă", iar dacă spui că unele dintre acestea ar putea fi, chiar acum, aici, pe Pământ este mult mai rău. Dar a crede într-o entitate atotputernică, nemuritoare, invizibilă, care a creat Universul în şase zile, în condiţiile în care toate dovezile ştiinţifice sugerează altceva, este oarecum OK. Situaţia este frustrantă pentru comunitatea OZN. La urma urmei, acestea pot să prezinte nu doar declaraţii ale unor martori oculari, dar şi dovezi fizice, cum ar fi fotografii, clipuri video, date radar şi, ocazional, analiza urmelor de la un loc de aterizare. Niciuna dintre aceste dovezi nu este, desigur, decisivă; că dacă ar fi fost, nu am mai fi vorbit despre „misterul" OZN. Dar, deşi cu aceste dovezi „nu poţi merge la bancă", unele sunt destul de convingătoare. Prin comparaţie, dovezile pe care le prezintă religia sunt mult mai sărăcăcioase; în esenţă, totul se rezumă la credinţă.

Cele de mai sus reprezintă desigur — spune Pope — o supra-simplificare. E drept, la ora actuală o mulţime de oameni consideră religia un nonsens şi o pun în aceeaşi categorie cu percepţia extrasenzorială, cu fantomele şi cu îndoitul lingurilor prin forţa gândului. Dar, în acelaşi timp, religia beneficiază de un tratament favorabil şi de un grad de aprobare oficială într-un mod pe care alte tipuri de credinţe, neacceptate de ştiinţă, nu o au. De exemplu, în America, *„In God We Trust"* (Ne punem nădejdea în Dumnezeu), este scris pe monede şi pe bancnote, sau Biserica Anglicană este o instituţie oficială, ai cărei episcopi stau în Camera Lorzilor — una dintre cele două camere ale parlamentului britanic. Pope adaugă că este convins că ufologii pot găsi, în multe state, exemple similare privind modurile în care domeniul lor de investigare este ridiculizat, în timp ce religia are o poziţie oficială sau cvasi-oficială.

Să vorbim serios despre OZN-uri

Dar e chiar mai rău decât atât — continuă autorul. De câte ori n-aţi văzut, la ştirile TV, o poveste despre o observaţie OZN, prefaţată de comentarii umoristice, de efecte amuzante de lumină şi, poate, de muzica filmelor „Dosarele X", „Întâlnire de gradul trei", sau „Zona crepusculară"? V-aţi putea imagina aşa ceva la o ştire cu subiect religios? Imaginaţi-vă dacă la TV ştirea privind conclavul care l-a ales pe Papa Francisc, în 2013, ar fi fost prefaţat cu glume, şi cu tema muzicală din filmul *Life of Brian* (o satiră la adresa religiei creştine, cenzurată sau chiar interzisă în anumite ţări). În primul rând — continuă Pope — aşa ceva nu se putea întâmpla, cel puţin pe o reţea de ştiri de masă. Iar dacă s-ar fi întâmplat totuşi, ar fi declanşat, probabil, un val de proteste. Cu alte cuvinte, mass-media normală simte că e OK să-şi bată joc de un anumit set de credinţe, dar nu e deloc OK să-şi bată joc de un alt set de credinţe, în ciuda faptului că cel batjocorit are, fără îndoială, mai multe dovezi convingătoare în sprijinul său decât celălalt.

Pope subliniază că el nu cere ca ufologia să fie tratată precum o religie (deşi, interesant, unii ufologi sceptici o clasifică drept o nouă religie). El nici nu sugerează că ar trebui pus sloganul „Ne punem nădejdea în extratereştrii", pe următoarea emisiune de bancnote americane. Dar poate ar trebui, cel puţin, să se recunoască faptul că în acest caz sunt utilizate standarde duble. Aşa cum stau lucrurile la ora actuală, ştacheta pentru dovezi nu este poziţionată în mod egal. La urma urmei, viaţa în Univers putea să apară şi să se dezvolte pe baza aceloraşi procese chimice şi biologice care există şi aici pe Pământ. În mod similar, o vizită extraterestră ar putea avea loc în cadrul aceloraşi legi ale fizicii.

O călătorie cu viteză sub-luminică (să zicem la 0,7 sau 0,8 din viteza luminii) de la un sistem stelar din apropiere este realizabilă, în cadrul legilor fizicii, aşa cum sunt ele înţelese în prezent. Cu alte cuvinte, nu este nevoie să construim un set special de legi, pentru a accepta existenţa vieţii extraterestre, sau chiar vizitele extraterestre. În schimb existenţa lui Dumnezeu are nevoie de un set de legi dincolo de ceea ce cunoaştem. Asta deoarece concepte precum nemurirea sau omnipotenţa sunt contrare la tot ceea ce ştiinţa ne spune despre natura Universului.

„Nimic din toate acestea n-ar trebui să fie interpretat ca o incitare a ufologilor ca să atace religia. Dar poate că ar trebui să fie privită ca o pledoarie pentru a aşeza ştacheta la acelaşi nivel. Pare o cerere extrem de nedreaptă, nu-i aşa?" — încheie Pope articolul său.

Pagină realizată de
DAN D. FARCAŞ

Arheologia bizarului

Am mai scris în această pagină despre aşa-numita arheologie secretă, adică acele vestigii incredibil de vechi ale unei (unor?) civilizaţii dispărute, despre care se ştie că există, există mărturii şi dovezi că nu sunt simple basme, dar în legătură cu care ştiinţa oficială... tace.

Din aceeaşi categorie ar putea face parte şi cele două descoperiri prezentate mai jos, cu deosebirea că acestea par a fi mult mai accesibile „atingerii" omului avid de cunoaştere. Fie şi numai, pentru moment, o atingere virtuală!

Clopotul dragonului din fluviu

În vara anului trecut, o echipă de scafandri birmanezi a făcut un anunţ destul de ciudat: ei ar fi obţinut îngăduinţa şi ajutorul... spiritelor fluviului Rangoon pentru a localiza, în adâncurile acestuia, fabulosul clopot numit Dhammazedi. Ce ar putea avea insolit în ea o acţiune, la urma-urmei, ştiinţifică? Există o legendă referitoare la imensul clopot de bronz ce ar fi constituit faima pagodei Shwedagon, tălhărită în secolul 17 de un navigator mercenar portughez.

Potrivit tradiţiei orale, dar şi istoricilor birmani, regele-călugăr Dhammazedi a dăruit în anul 1484 slujitorilor pagodei un nemaivăzut clopot care cântărea peste 284 de tone (cam cât un avion Boeing-777 la decolare!). După aproape trei veacuri, negustorul tâlhar lusitan Filipe de Brito e Nicote, cunoscut în Birmania sub numele Nga Zinga, a furat preţiosul obiect cu scopul de a-l topi ca să construiască tunuri din bronzul său. Nu s-a putut bucura însă de prada lui, întrucât ambarcaţiunea pe care a fost urcat clopotul s-a scufundat sub imensa greutate, însă locul naufragiului a fost uitat, cu timpul.

Oarecum nefiresc, astăzi chiar unii istorici susţin că de fapt clopotul nu ar fi decât o plăsmuire de legendă, deşi unul dintre zecile de scufundători, pe nume San Lin, afirma public că l-a văzut în adâncurile fluviului, pentru prima data, în 1998. De atunci, temerarii decişi să readucă la lumină vestigiul scufundat, au întreprins numeroase intervenţii pe lângă autorităţile locale, conducători religioşi, dar totodată au invocat spre îmblânzire şi spiritul sfânt al dragonului care se spune că ar păzi, din apele tulburi, clopotul, precum şi „galunii" (păsări mitice) care îl protejează. Şi — cine ştie? — poate că în curând vom admira totuşi colosul de bronz şi cântecul său melodios.

Bătrânii uriaşi din piatră

Mult mai aproape de noi, acolo unde se află oraşul german Hamburg, în noiembrie 1957 se efectuau lucrări intense reconstructive, folosindu-se inclusiv utilaje de mare tonaj. Un astfel de excavator gigantic a extras dintr-un strat consistent de argilă, aflat la o adâncime apreciabilă, mai multe blocuri de piatră ce păreau sculptate, semănând foarte bine cu nişte capete umane. Profesorul Walther Matthes, arheolog de la Universitatea din Hamburg, a făcut parte din echipa ce s-a ocupat de cercetările preliminare şi a declarat că, neîndoielnic, era vorba despre sculpturi realizate de om. Dar ce fel de „om"?

Pentru că toate elementele de ajutor în datare au făcut trimitere la era preglaciară — aproximativ cu 100.000 de ani în urmă! În plus, „artistul" misterioasei civilizaţii reuşise o operă cu caracteristici şi mai uimitoare: unele dintre chipurile de piatră erau evident masculine, dar răsucite cu 125 de grade se transformau în feţe cu trăsături de femei, ceea ce denotă o magistrală stăpânire artistică a noţiunilor de perspectivă şi de volum.

Poate deloc întâmplător, relatări oficiale despre şocanta descoperire au fost făcute abia în 1965, şi nu de către cercetători germani, ci — desigur! — de sovietici, într-un articol totuşi bine documentat publicat în prestigioasa revistă moscovită „Tehnica şi Tineretul". Să ne amintim că şi o (probabilă) descoperire cel puţin la fel de şocantă, cea a unor oseminte de uriaş, într-o zonă muntoasă a României, ar fi ajuns, via fosta Securitate şi KGB, tot în spaţiul rusesc. Însă, nu-i aşa, toate acestea pot fi doar fantezii infantile sau clasicele „simple coincidenţe".

ADRIAN-NICOLAE POPESCU

E bine de ştiut

Diferenţa de presiune dintre sistemul arterial, ce are presiune mare şi cel venos, cu presiune mică, semnifică hipertensiunea. Inima este ca o pompă. Ventriculul stâng trimite la fiecare contracţie o cantitate de sânge, care va creşte presiunea din artera aortă şi vasele mari. Vorbim despre presiunea maximă, când inima, respectiv ventriculul stâng este în contracţie. În ceea ce priveşte diastola, aceasta este presiunea minimă rezultată prin împingerea coloanei de sânge către arteriole, sistemul venos, aflat în relaxare. Arteriolele sunt bogate în fibre musculare care îmbracă pereţii acestora. La vârstnici fibroscleroza pereţilor arteriolelor duce la creşterea presiunii minimale.

Valorile presiunii maxime normale sunt de 140 mm coloană de mercur, iar cele minime, de 90 mm. La efort, pentru scurtă durată, se consideră normale şi

În atenţie hipertensiunea

valorile 160 cu 90. Când se depăşesc aceste valori, vorbim despre hipertensiune. Simptomele hipertensiunii se traduc în dureri de cap, cefalee, vertijuri, sunete ciudate în urechi. Este afectată şi vederea. Complicaţiile hipertensiunii sunt cardiopatia ischemică, accidentul vascular, trombuşii în sistemul venos periferic.

Medicul va stabili tratamentul care se impune şi îl va sfătui pe bolnav în privinţa stilului de viaţă pe care să-l adopte. Se recomandă linişte, evitarea conflictelor, grijă pentru a nu depăşi greutatea normală, plimbări zilnice în parcuri, spaţii verzi.

Când tensiunea înregistrează valori mai mici de 100-60 mg hg vorbim despre hipotensiune. Aceasta se poate instala pe un fond de oboseală. Probabil nu dormiţi suficient, vă treziţi noaptea de mai multe ori, dormiţi în reprize de 2 ore. De asemenea, poate fi consecutivă unui infarct, unor aritmii, unor boli infecţioase, după convalescenţe prelungite.

În orice alternativă posibilă, trebuie să vă adresaţi medicului. Tratamentul este de durată şi este dictat de cauzele declanşatoare. Nu ignoraţi nici metodele naturiste de tratament.

Dr. VALERIU MANTA

Combinaţii ingenioase

Vremea capricioasă vă dă prilejul să purtaţi peste combinezonul de mătase cu imprimeuri delicate, un cardigan lung, tricotat din lână.

La fel, peste cămaşa din mătase şi dantelă purtată cu pantalon din denim este potrivit să asortaţi o vestă din lână.

De fapt vestele, scurte sau lungi, din lână sau blană continuă să completeze ţinutele în dimineţile friguroase.

Pentru dumneavoastră, doamnă

Sugestii pentru a descifra coafura ideală

Vârsta este un element esenţial de care ar trebui să ţinem seama când ne alegem îmbrăcămintea, machiajul, coafura? Opiniile sunt împărţite. În privinţa ţinutei, dacă ţi-ai format un stil propriu, nu-i obligatoriu să-l abandonezi, ci doar să-l adaptezi. Mai lungeşti fusta cu un centimetru, adopţi un decolteu mai puţin provocator. În privinţa coafurii şi tunsorii, important este să puneţi în valoare morfologia feţei, trăsăturile frumoase ale ei şi o anumită stare de spirit.

Dacă înainte de 30 de ani vă era permis totul şi încercaţi toate culorile, după această vârstă ar fi timpul să vă cuminţiţi. Gata cu jumătate de cap cu şuviţe, iar cealaltă, rasă, gen Demi Lovato sau Miley Cirus. Şi după 40 de ani? Nu ne mai jucăm. Mai mult, după David Lucas, celebru coafor parizian, „în sfârşit, fiecare se cunoaşte şi ştie ce i se potriveşte". Sunteţi în pană de inspiraţie?

Iată câteva sfaturi care să vă ajute să găsiţi coafura ideală.

■ ***La 30 de ani,*** gata cu meşele roz bonbon. Acum, ovalul feţei este încă bine conturat, iar ceafa perfectă, fapt ce v-ar permite o tunsoare „garçonne".

La fel de şic, spune Valérie Gérin, este o tunsoare cu o şuviţă groasă pentru a vă menţine în tendinţele modei. Afişaţi un aspect al părului natural, necoafat, dar, de fapt, ultra studiat.

Tunsoarea bob, care s-a purtat în ultimii ani, continuă să fie actuală şi în 2015. Marele său avantaj constă în faptul că este uşor de coafat şi se potriveşte tuturor morfologiilor faciale.

■ ***După 40 de ani*** femeile gândesc că în mod automat pentru ele a sosit timpul părului scurt. Cea mai mare greşeală, spune Valérie Gérin, pentru că acesta accentuează tendinţa de îmbătrânire, subliniind ovalul lăsat al feţei. Totuşi, părul scurt este potrivit figurilor cu o morfologie de tip androgin. Celorlalte tipuri morfologice li se recomandă lungimea părului la nivelul umerilor. Părul semilung permite un joc

al volumelor în jurul figurii. De asemenea, puteţi purta o coadă de cal înaltă, pentru un efect de întinerire. La fel, suviţe laterale, mai lungi, care „îndulcesc" figura.

■ ***La 50 de ani*** şi peste, „forma şi fermitatea figurii se schimbă" constată Valérie Gérin. Obiectivul tunsorii şi, apoi al coafurii va fi restructurarea volumelor. David Lucas consideră că odată cu înaintarea în vârstă „se pierde din naturaleţe dar se câştigă în stilul sofisticat". La această vârstă femeile sunt feminine şi arată acest lucru. Potrivit opiniei lui David Lucas, la această vârstă părul nu trebuie să aibă o culoare nici prea închisă, nici prea deschisă. Şi nici tuns franjurat drept, pentru că această tunsoare subliniază privirea obosită.

Tunsoarea potrivită ar fi pe un păr semilung, o bază dreaptă, cu o şuviţă lejeră şi filată, pentru a reîntineri şi îndulci trăsăturile.

Sintetizând, stiliştii spun că în 2015 toate tunsorile capătă multă mişcare, par ciufulite şi cu o linie fluidă, tăieturile sunt filate, cu un aspect natural. Nu mai au o formă geometrică cu linii perfecte.

În privinţa culorilor, nuanţa părului tinde să nu mai fie uniformă ci cu tonuri apropiate sau cu şuviţe, care însă nu pornesc de la rădăcină, creând un efect de mişcare şi de unduire.

Este la modă, ce altceva decât blondul? Blondul prăfuit, stins, culoarea nisipului. Foarte modernă este şi nuanţa caramel.

Dosarele frumuseţii

Ten catifelat

Stresul, alimentaţia neadecvată, fumatul şi lipsa exerciţiului fizic, a mişcării îmbătrânesc prematur pielea. Consumul a doi litri de apă pe zi, mesele cât mai echilibrate bazate pe multe legume, pe verdeţuri şi fructe protejează ţesuturile şi le fac mai elastice, datorită conţinutului bogat în antioxidanţi. La fel de nocivă este şi neglijenţa legată de demachiere. O piele îmbâcsită de farduri nu poate respira în voie peste noapte, condiţie indispensabilă pentru menţinerea vitalităţii, prospeţimii şi supleţii tenului. Concluzia? Niciodată nu trebuie să vă culcaţi înainte de a vă demachia atent.

Pentru a avea un ten catifelat, luminos, fără imperfecţiuni, înlăturaţi punctele negre prin gomaj. Gomajul trebuie efectuat cu regularitate, ştiind că la fiecare 24 de ore pielea se acoperă cu un nou strat de celule moarte.

Pentru menţinerea tinereţii, tenul are nevoie şi de un program complet de hidratare. Astfel, în fiecare dimineaţă şi seară, pe pielea perfect curată se aplică o cremă hidratantă, cu vitamine, în special A, E şi C. Crema va forma un film hidrolipidic la suprafaţa pielii, fapt ce va permite retenţia apei. Seara, înainte de culcare, folosiţi întotdeauna produse cosmetice pentru noapte.

Zona ochilor şi buzele au nevoie de o îngrijire specială. Pentru buze se recomandă un balsam pe bază de vitamine. În schimb, uleiul de migdale şi untul de shea hidratează cel mai bine pielea din jurul ochilor.

Gastronomice

Pizza cu mămăligă

400 ml apă, 150 g mălai, 250 g caşcaval, 100 g telemea, 100 g salam, 50 g măsline, oregano, sare.

Se prepară o mămăligă moale din apă, mălai, un praf de sare şi se adaugă 50 g caşcaval ras. Se întinde mămăliga, ca un blat, într-o tavă rotundă unsă cu ulei. Se unge blatul cu sos de roşii amestecat cu oregano, se presară caşcavalul ras, telemeau şi se pune salamul şi măslinele. Se dă la cuptor pentru 20 minute.

Drob de miel în foietaj

500 g organe de miel (inimă, ficat, rinichi), 6 ouă, 2 legături ceapă verde, 2 morcovi fierţi, 2 gogoşari în oţet, 2 ouă fierte, o legătură pătrunjel verde, 2 foi de dafin, ienibahar, oregano, sare, piper, 500 g aluat de foietaj.

Organele de miel se pun la fiert în apă rece împreună cu câteva boabe de piper şi 2 foi de dafin şi se fierb timp de 35-40 minute. Separat, se pun la fiert în apă cu sare morcovii curăţaţi. După ce au fiert mărunţaiele se lasă să se răcească, apoi se toacă mărunt (după preferinţele fiecăruia). Într-un bol mai mare se pun organele tocate, apoi adăugăm ceapă verde, morcovii, gogoşarii, toate tocate mărunt, şi le amestecăm bine. Se adaugă ouăle bătute bine, ienibahar măcinat, oregano, sare, piper şi omogenizăm foarte bine compoziţia. Aluatul de foietaj, decongelat, îl desfăşuram pe masa de lucru tapetată cu făină, apoi îl aşezăm în tavă (unsă şi tapetată cu puţină făină) şi se adaugă jumătate din compoziţia de drob, se pun cele două ouă fierte, apoi restul de compoziţie. Se acoperă cu restul de aluat de foietaj, se unge deasupra cu ou şi se dă tava la cuptorul preîncălzit timp de 30 minute la foc mic. După ce s-a copt, se scoate drobul din cuptor şi se lasă la răcit în formă. Când e complet rece se scoate din tavă, se feliază şi se poate servi.

Spirale cu brânză şi fulgi de migdale

250 g paste spirale, 200 g brânză de vaci, 170 g zahăr tos, 100 g fulgi de migdale, 4 ouă, 1 zahăr vanilat, coajă de lămâie, esenţă de rom.

Pastele se fierb separat în apă cu sare respectând timpul indicat pe ambalaj. Într-un bol se pun 3 ouă, zahărul tos, cel vanilat, coaja de lămâie, esenţa de rom şi se omogenizează bine compoziţia. Amestecul de mai sus se adaugă peste brânza de vaci, apoi se încorporează spiralele şi se amestecă bine. Se pune compoziţia într-o tavă termorezistentă unsă cu unt şi tapetată cu puţin pesmet, iar deasupra se pune un ou bătut bine, fulgii de migdale şi se dă tava la cuptor pentru 20-25 minute. Când este gata se presară deasupra zahăr pudră.

Pagină realizată de
ECATERINA BĂTRÂNEANU

Orașe sub nisip

În centrul Asiei se află austerul bazin Tarin, o vastă depresiune care se întinde pe o suprafață de 500.000 km², invadată de nisip deșertic. Ugurii au numit-o Taklamakan, ceea ce în limba turcofonă înseamnă „o dată înăuntru, niciodată afară". În această regiune au fost construite în Antichitate cetăți și fortărețe impresionante.

Este lipsită de viață, temperaturile oscilează între -40ºC (iarna) și 50ºC (vara), vânturile suflă cu putere. Câteva râuri „sinucigașe" se scurg molcom, dispărând în dune. Pe acest teritoriu arid au existat în urmă cu aproximativ două milenii, cetăți înfloritoare înghițite în timp de nisip.

Prin apropierea acestor locuri a trecut marele explorator venețian Marco Polo care a notat în jurnal, printre altele: „N-am zărit vreo pasăre în văzduh, nici vreun animal pe pământ.".

În acea vreme, caravanele care ocoleau acest „ocean" de nisip, urmând o cale în care apăreau oaze izolate. Probabil, doar unii păstori nomazi îndrăzneau să-l traverseze. Studiul sedimentelor relevă faptul că în urmă cu cel puțin 3.000 de ani regiunea a început să devină din ce în ce mai aridă. Cele mai vechi urme lăsate de locuitorii care au trăit în bazinul Tarin datează din preajma anilor 2000 î.Hr.

Populațiile s-au instalat în apropierea râurilor și a izvoarelor, dar mai cu seamă în zone cu oaze aflate la distanțe relativ mici în preajma deltelor formate de apele care și-au schimbat însă cursul de-a lungul timpului sau au secat. În urma săpăturilor au fost descoperite locuințe înconjurate de parcele irigate de canalele săpate, alimentate cu apă din râuri și delte.

Studiul mumiilor descoperite în Taklamakan a relevat faptul că populațiile (din ultimele două milenii î.Hr.) ar fi fost majoritar europoide. Succesorii erau numiți tokharieni.

La sfârșitul mileniului I î.Hr., regiunea Xinjiang a fost divizată în 36 de mici regate fondate fiecare în jurul unei cetăți-oază între care s-au iscat rivalități, războaiele ducând la supunerea unora dintre ele de un regat puternic sau de triburi nomade unite, cum ar fi, de pildă, cele denumite Xiongum. Existau însă și relații comerciale între regate, mai ales după crearea axei comerciale est-vest. Caravanele încărcate cu mătăsuri, pietre prețioase, fildeș, obiecte de porțelan, stofe din lână și in, jad și alte materiale asigurau negoțul între cetăți.

Unii hani, conștienți de importanța strategică a acestei rute comerciale, prin tratate și (sau) războaie au reușit să controleze tot mai multe regiuni, construind garnizoane pentru a proteja cetățile și caravanele, cum ar fi de pildă, cele aflate la 45 de kilometri de Turfan, întărite cu 70 de turnuri menite să țină piept barbarilor din Vest.

Duhuang, postul militar cel mai occidental, a apărut în plin deșert între anii 121 și 110 î.Hr. *(Va urma)*

DORIN MĂRAN

100 de locuri de văzut în România

Muzeul icoanelor din Sibiel

Dacă aveți vreodată drum spre Sibiu și doriți să vă îmbogățiți spiritual și totodată să vă bucurați ochii, nu ezitați să poposiți la Sibiel. Aici veți găsi cea mai mare expoziție de icoane pe sticlă din Transilvania, dovada fără tăgadă a spiritului creator și artistic extraordinar al neamului românesc. Expoziția datează din anul 1969, inițiativa unui asemenea muzeu aparținând părintelui Zosim Oancea și comunității din Sibiel. Acest om și preot extraordinar a restaurat mai înainte biserica satului ce data din 1775, un sediu al muzeului, o magazie veche, construită în spatele bisericii și renovată ulterior în 1971. De-atunci și până în prezent, numeroase instituții și donatori privați români și străini au contribuit la îmbogățirea colecției, astăzi aceasta numărând în jur de 600 de exemplare.

Muzeul cuprinde două clădiri, situate la câțiva metri una de alta, între biserică și cimitir, chiar la intrarea în sat. Cea mai mare parte a colecției se găsește în imobilul mai nou construit, pe două niveluri, realizat între 1976 și 1983.

Cu un număr actual de aproximativ 15.000 de vizitatori pe an, Muzeul s-a bucurat de-a lungul istoriei sale de vizite ale unor oaspeți ilustri, începând cu oameni ai bisericii, precum diverși mitropoliți ai Transilvaniei, episcopul anglican Robert Runcie, mai târziu arhiepiscop de Canterbury și conducător al Comuniunii anglicane, teologi de renume mondial precum Oscar Cullmann, Jürgen Moltmann, Olivier Clément, Dumitru Stăniloae, oameni de cultura cum ar fi poeta Ana Blandiana și scriitoarea Ioana Postelnicu, delegații guvernamentale și diplomatice straine, persoane publice.

adevărat monument instoric, cu fresce vechi, deosebit de frumoase, iar la scurt timp a demarat proiectul muzeului de icoane, pentru a înlesni includerea satului într-un itinerar cultural de larg interes. Părintele a îndemnat sătenii să doneze icoanele de sticlă pe care le deținеau și așa s-a constituit primul fond de 150-200 de exponate, găzduite în primul

GABRIEL TUDOR

Sărbători creștine

Izvorul Tămăduirii

În Săptămâna Luminată, în prima zi de vineri de după Înviere, Biserica Ortodoxă, sărbătorește Izvorul Tămăduirii, o zi închinată Maicii Domnului.

Tradiția spune că înainte de a deveni împărat al Bizanțului, Leon Vodă (457-474) rătăcea printr-o pădure din apropiere de Constantinopol unde a întâlnit un bătrân orb. Omul l-a rugat să-l conducă la un izvor ca să bea apă și să-l aducă apoi în cetate. Leon Vodă nu știa un asemenea izvor prin preajmă dar a auzit glasul Maicii Domnului care l-a îndemnat să pătrundă mai adânc în pădure, să ajungă într-un loc unde va găsi ceea ce dorește. I-a mai spus să-i dea omului să bea și să-i spele fața cu apa de acolo. Leon Vodă a procedat așa cum a fost învățat și, după ce a spălat ochii orbului, acesta și-a recăpătat vederea.

Ajuns împărat el a construit lângă izvor o biserică și apa acestuia a reușit să vindece mulți bolnavi care veneau să se închine aici. Se spune chiar că împăratul Iustinian (527-565), s-a vindecat de o boală grea bând apă din acest izvor, și drept recunoștință, a ridicat pe locul respectiv o biserică mai mare.

Aceasta a fost îngrijită de-a lungul timpurilor și de alți împărați ca Vasile Macedoneanul și Leon Înțeleptul dar a fost distrusă de turci în 1453. Actuala biserică a fost înălțată în 1853 și la subsolul ei se află paraclisul din secolul al V-lea și izvorul care nu seacă niciodată.

În ziua care prăznuiește minunea înfăptuită atunci cu ajutorul Maicii Domnului, în țara noastră se sfințesc apele pentru a fi ferite de secare și adăpostirea duhurilor rele prin preajmă. În biserică se face sfințirea aghiazmei mici despre care se crede că vreme de un an aduce celui care o bea sănătate și protecție împotriva

bolilor și duhurilor rele. În unele zone se face chiar stropirea caselor și a enoriașilor cu această aghiasmă mică.

Această zi, în tradiția populară, este considerată de săpătorii de fântâni cea mai rodnică din an, deoarece apele sunt zbuciumate și zgomotoase, devenind mai ușor de găsit.

Izvoare cu apă binefăcătoare se află și în țara noastră. Prin voința Maicii Domnului, aceste ape au făcut multe minuni și de aceea lângă ele s-au ridicat biserici și mănăstiri cu hramul Izvorul Tămăduirii.

Unul dintre acestea este cel de la Mănăstirea Ghighiu, din apropiere de municipiul Ploiești. Tradiția spune că izvorul de aici a fost descoperit în jurul anului 1817 de un călugăr, Agapie, venit de la mănăstirea Cernica căutând un loc unde să ridice o nouă mănăstire. Adormind într-o livadă cu meri, a fost trezit din somn de susurul unui izvor, care țâșnise din pământ, și de atunci curge fără încetare, vindecând multe boli și suferințe.

Un alt asemenea izvor se află lângă mănăstirea Glavacioc din județul Argeș. Izvorăște de sub altarul bisericii și iese la suprafață la poalele colinei pe care este așezată mănăstirea, formând un mic lac. Apa lui l-a vindecat de o boală de stomac pe Vlad Vodă Călugărul, care, după ce a ajuns domnitor, a devenit unul dintre ctitorii importanți ai așezământului.

Despre izvorul de la Mănăstirea Dervent din județul Constanța se spune că a apărut când Sfântul Andrei a lovit cu toiagul în piatră. În anii în care mănăstirea a fost închisă de autorități izvorul și-a oprit scurgerea, revărsând apă vindecătoare numai de Izvorul Tămăduirii. După redeschiderea locașului a reînceput să curgă spre bucuria multor credincioși cărora le-a curmat suferințele.

Există și alte asemenea izvoare cu apă făcătoare de adevărate minuni. Apa celui de la Mănăstirea Brâncoveni din Olt a vindecat picioarele pline de bube ale lui Matei Basarab, iar izvorul din Brăila, descoperit în 1963, izvorând de sub altarul bisericii, a vindecat o mulțime de credincioși.

O fântână cu apă tămăduitoare se află și în centrul mănăstirii Brâncoveanu de la Sâmbăta de Sus, iar în apropierea locașului curge izvorul părintelui Arsenie Boca, a cărui apă a dovedit puteri miraculoase.

O impresionantă procesiune este organizată în fiecare an și la Mănăstirea Horăicioara din județul Neamț drept mulțumire pentru puterile tămăduitoare ale izvorului de aici.

IRINA STOICA

Vrăjitorul nudurilor

Numeroşi critici şi colecţionari de artă estimează că nudurile francezului François Boucher – proeminent reprezentant al stilului rococo – se situează pe primul loc în ceea ce priveşte senzualitatea şi mesajul generos al nudurilor. Chiar dacă marea majoritate a trupurilor de femei sunt inspirate din mitologie şi relieful corpului nu diferă esenţial de la o lucrare la alta, Boucher a fost considerat „vrăjitorul nudurilor" şi datorită culorilor foarte inspirate folosite pentru prospeţimea epidermei eroinelor sale.

Marea şansă a unui talent înnăscut precum Boucher (1703-1770) a fost perioada în care Ludovic al XV-lea a admis pictura ca fiind o artă protejată la Curtea sa. Şi, implicit, „funcţionarea" la Curte a marchizei de Pompadour, metresă principală şi mare protectoare a artelor (inclusiv a literelor, fiind bună amică a lui Voltaire). Atât marchiza „ultraintelectuală", cât şi regina Maria Leczinka i-au cerut lui Boucher numeroase lucrări cu care să-şi decoreze saloanele, dormitoarele şi chiar sala de mese... Neobositul Boucher, născut la Paris şi având un tată pictor, nu a ezitat să profite de curentul rococo al epocii, înlocuitorul profunzimii cu care ne obişnuise barocul.

Leda şi lebăda

Viaţa de la Curte permitea libertăţi amoroase şi de aceea nudurile s-au potrivit de minune cu erotismul şi hedonismul promovate de nobilimea acelei perioade.

Boucher s-a afirmat de tânăr prin fineţea şi graţia cu care executa pânze în care goliciunea femeii era în prim plan. Primul său mare succes a fost

Diana după baie

„Rinaldo şi Armida", finalizat pe când avea treizeci şi unu de ani. Talentul său uluitor în realizarea unei atmosfere bucolice şi a unor peisaje pastorale pigmentate cu scene de dragoste l-au condus pe marele maestru spre realizarea de mari proiecte pentru tapiserii şi goblenuri. La treizeci de ani se căsătoreşte cu Marie-Jeanne Busseau şi cuplul va avea trei copii. Cum apetitul pentru nuduri l-a stăpânit pe Boucher întreaga carieră, unul dintre marii lui adversari, învăţatul Diderot, spunea că prin „femeile dezgolite care apar la tot pasul în intimitatea pictorului înseamnă prostituarea propriei neveste..." Era o răutate gratuită a celui care a pus bazele Enciclopediei, căci Boucher nu şi-a folosit drept model soţia, ci a avut în propria imaginaţie un tipar al trupului de zeiţă. Printre altele, pentru unele capodopere ale genului a folosit drept model chiar protagonista pânzei. Este cazul faimoasei lucrări „Marie-Louise Murphy", una dintre metresele regelui pe care le-a „detronat" marchiza de Pompadour.

Diana la vânătoare

Frumuseţea cu nuanţe palide de erotism ale nudurilor maestrului stilului rococo a putut fi imortalizată şi din cauza faptului că Inchiziţia nu a acţionat în Franţa aşa cum s-a întâmplat în Spania, unde marele Goya şi-a văzut confiscat nudul „Maya dezbrăcată". Boucher a lucrat în linişte, încurajat de preferinţele marilor nobili şi ale nevestelor acestora. El era căutat şi pentru decoruri la teatru, atât de preţuită era arta sa. Iar dintre zeiţele pe care le-a făcut nemuritoare prin nudurile atât de expresive se remarcă în primul rând Diana, care prin prezenţa repetată în scene uşor lascive o întrece pe Venus.

La rândul lor, cuplurile de îndrăgostiţi ale lui Boucher reprezintă o lecţie de romantism şi senzualitate. Deşi nuanţele strict sexuale sunt evitate, tandreţea este excepţional ilustrată, catifelând sentimentele umane.

Călare pe struţi

În Africa de Sud se desfăşoară periodic curse struţi pe distanţa de 60 de metri, unde jockey bine antrenaţi călăresc exemplare cu înălţimea medie de 2 metri şi greutatea de 120-140 de kilograme. Ei nu folosesc nici biciuşca, nici pintenii pentru a-şi accelera „armăsarii". Viteza medie este de 50 km/oră. Cel mai mare exemplar de Struthio camelus camelus a avut 2,75 metri şi 157 kg şi putea să alerge cu 65 km/oră. Un ou are greutatea de 1,7 kg, adică echivalentul a 24 ouă de găină.

ZIGZAG în timp şi spaţiu

• Impostor celebru?

În 1998 s-au împlinit 700 de ani de la apariţia „Milionului – Cartea Minunatelor călătorii ale lui Marco Polo". Cu toată faima acesteia, atunci s-au amplificat atacurile care vor să demonstreze, în rezumat, un singur lucru: Marco Polo n-a ajuns în China. Şi autorul însuşi furnizează motivele marilor dubii asupra călătoriilor sale.

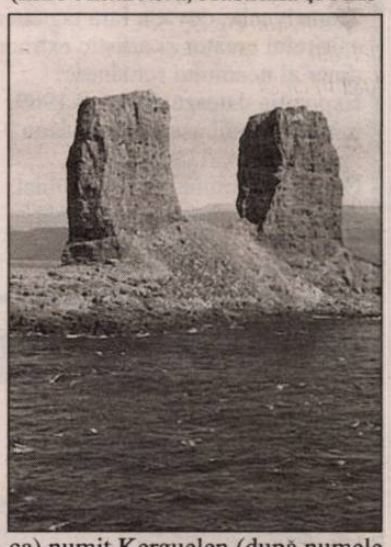
Polo a dictat prima variantă într-o închisoare din Genova (1298), în *dialectul veneţian* (fiind originar din Veneţia), colegului de celulă Rusticiano din Pisa (vorbitor al *dialectului toscan)*, iar acesta din urmă a redactat-o în... *franceza veche!* Nimeni nu ştie cât a stat Polo în închisoare (oficial 3 luni, dar ar fi fost prea puţin), ce manuscrise a avut la îndemână şi de ce variantele ulterioare nu coincid cu manuscrisul lui Rusticiano?...

Argumentele ce susţin „impostura" lui Marco Polo în calitate de voiajor-negustor în China au în vedere următoarele: predecesorii care au fost în China (printre care şi fraţii Polo – tatăl şi unchiul lui Marco, misionarii franciscani) şi documentele persane şi ruseşti avute la dispoziţie. Pe de altă parte, marile omisiuni, confuzii geografice, cronologii false, denumiri geografice neidentificabile şi neprecizarea rutei. Cum a fost posibil ca un european al veacului XIII să nu remarce în prea puţin cunoscuta Chină următoarele: *Marele Zid Chinezesc* – chiar dacă în acea perioadă era în stadiul unor înalte valuri de pământ nezidite, fără creneluri? Fascinanta grafie chinezească, prezentă în inscripţiile ce abundau pe temple şi pavilioane, la porţile oraşelor şi în marile grădini? „Banii de hârtie" sau bancnotele? Ceremonialul servirii ceaiului? Bandajarea picioarelor femeilor din înalta societate, arta porţelanului, folosirea cărbunelui drept combustibil?

Chiar şi numai aceste întrebări sunt suficiente pentru a-l considera pe „talentatul" Marco Polo un dubios călător în Extremul Orient. Istoricul englez Francis Wood este mai tranşant. El subliniază că numai cine a citit documente de epocă şi atât poate da denumiri persane pentru nu-me mongole şi chinezeşti; dacă le-ar fi bătut cu piciorul, le-ar fi transliterat în dialectul veneţian, chiar şi defectuos. În concluzie, pentru Wood şi mulţi alţii, Marco Polo n-a trecut dincolo de strâmtoarea Ormuz.

• Insula Dezolării

Dacă Robinson Crusoe ar fi ajuns aici, n-am mai fi auzit de el. Acesta e micul arhipelag de origine vulcanică, în Oceanul Indian (între Antarctica, Australia şi Afri-



ca) numit Kerguelen (după numele descoperitorului, supusul lui Ludovic al XV-lea, Yves-Joseph Kerguelen). Când s-a reîntors în patrie (1825), navigatorul a botezat-o Insula Dezolării.

Niciun om nu poate supravieţui aici mai mult de zece zile, doar dacă are tenacitatea unui meteorolog împătimit. Deşi temperatura rareori scade sub 5 grade Celsius, parcă toată furia vânturilor din emisfera sudică se concentrează aici. Când plouă sau când ninge, rafalele eoliene – având viteza medie de 218 km/oră! – fac din picături sau din fulgi şiraguri orizontale.

Insula principală n-are mai mult de 120 kilometri lungime, iar pe obrajii stâncoşi dormitează elefanţii de mare sau dansează languros pinguinii sosiţi să-şi întemeieze o familie.

Carieră de criminal

Adolescentul, pe numele său Fred West, mergea cu viteză pe motocicletă şi, la un moment dat, face un viraj brusc, derapează şi se loveşte puternic la cap. A intrat în comă, dar după opt zile şi-a revenit. A fost momentul crucial al destinului lui Fred, căci dacă nu se trezea, nu ar fi ucis douăsprezece persoane în cariera sa feroce de criminal în serie al Angliei.

Băiatul se născuse (1941) într-o familie atât de promiscuă, încât el nu putea deveni decât un infractor notoriu sau un geniu. Din nefericire, abuzurile sexuale la care a fost supus (chiar şi de către mama sa) au deformat ireversibil conştiinţa adolescentului. Însă şi accidentul de motocicletă i-a produs un şoc comportamental: Fred îşi ieşea din fire foarte repede şi se manifesta cu o furie inimaginabilă asupra celor apropiaţi, fie ei rude sau colegi de şcoală. La 19 ani a violat o fată de 13 ani, apoi a fost prins furând şi în cele din urmă familia l-a alungat de acasă pentru violenţa cu care-şi trata neamurile. Aşa a ajuns Fred să vândă ziare şi îngheţată, trăind la limita existenţei. Dar a reuşit să păcălească o prostituată şi să se însoare cu ea. Femeia avea să nască o fetiţă, care va fi ucisă de Fred şi de concubina acestuia, după ce şi-a părăsit nevasta. Dar prima victimă a lui a fost un băieţel de patru ani, pe care l-a accidentat mortal cu o furgonetă.

Fred şi amanta Rose şi-au început cariera de ucigaşi în serie în 1971. De obicei, închiriau o cameră unor fete singure, apoi le abuzau sexual şi le omorau. Scheletele (11 la număr) au fost găsite 20 de ani mai târziu, îngropate sub pivniţă, sub verandă şi în grădina casei. Cu toate aceste orori, vecinii de stradă ai cuplului au declarat că nu au sesizat nimic suspect. Într-adevăr, crimele nu ar fi ieşit niciodată la iveală dacă Fred nu şi-ar fi violat propria fiică de 13 ani. Aceasta i-a povestit unei colege de şcoală şi aşa a început ancheta. Procurorii nu se aşteptau să descopere, întâmplător, un monstru. A fost condamnat la moarte, dar s-a spânzurat în celulă (1995).

Rose a fost „tintuită" pe viaţă. Interesant este că autorităţile au dispus „dispariţia oricărei urme a proprietăţii" celor doi ucigaşi, pentru a tăia pofta amatorilor de suveniruri. Cărămidă cu cărămidă şi fiecare bucată de lemn a casei au fost arse, iar în locul respectiv este acum un drum pavat.

Pagină realizată de
PAUL IOAN

Ştiaţi că...

◆ ...Haceatur Abovian (1805-1848) a fost un cunoscut scriitor armean? Este considerat întemeietor al literaturii armene moderne.

◆ ...simbolul naţional al Noii Zeelande este pasărea kiwi? A-

ceastă pasăre nocturnă este ocrotită prin lege.

◆ ...Palmira este un oraş în vestul Columbiei, la poalele Cordilierei occidentale? A fost fondat în 1688.

◆ ...balafonul este un instrument muzical african portativ, de

percuţie, din lemn? Este comparabil cu xilofonul.

◆ ...prin reverendă se înţelege o haină preoţească lungă? Este de obicei neagră, foarte rar de culoare gri.

◆ ...fligornul este un instrument de suflat din alamă? Este folosit în fanfare.

◆ ...leurda este o plantă erbacee perenă din familia liliaceelor? Are înălţimea de

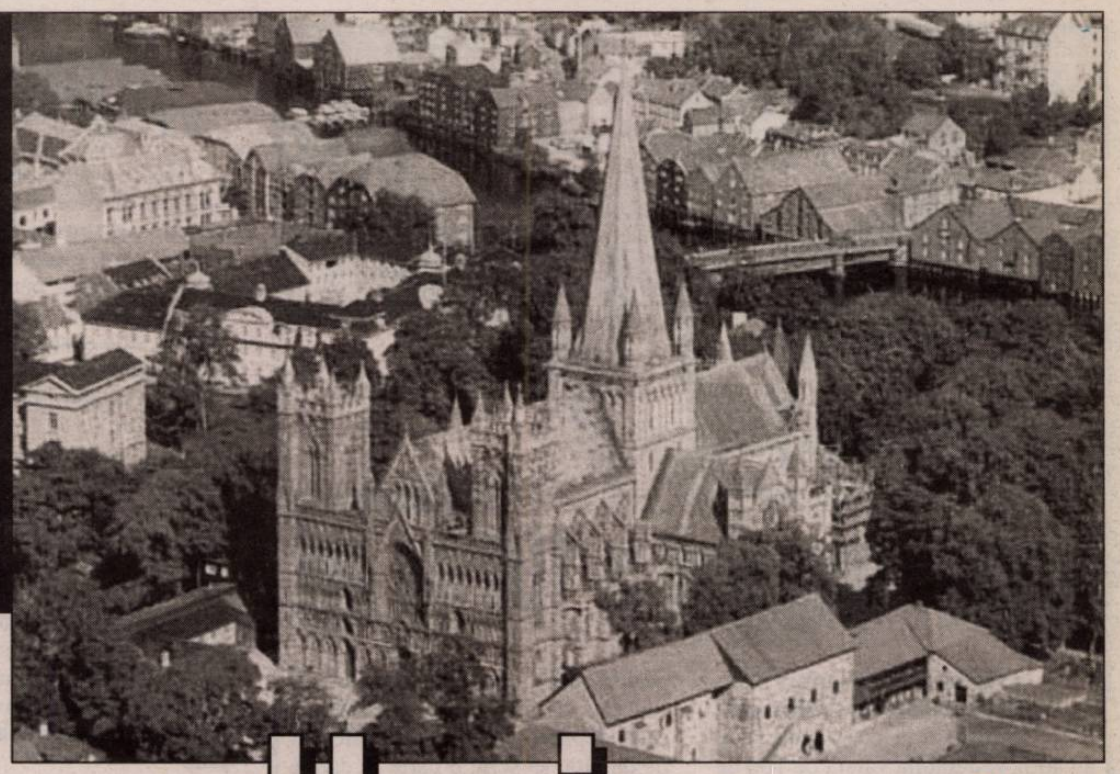
10-50 cm, frunze oval-lanceolate, flori albe umbeliforme şi miros de usturoi.

◆ ...Meklir este un vulcan activ din sud-vestul Islandei? Are înălţimea de 1491 metri.

◆ ...în mitologia vedică, Agni era zeul

focului? El patrona sacrificiile religioase prin ardere.

Ştiaţi că...



Aşezat pe malurile Nidelvei, Trondheim, cel de al treilea oraş ca mărime al Norvegiei, se află la numai 500 de kilometri de Cercul Polar dar datorită Curentului Golfului are un climat blând, nedepăşind +18ºC vara şi -6ºC iarna.

Trondheim

oraşul Sfântului Olav

Oraşul este nu doar unul cultural ci şi un simbol al credinţei, fiind strâns legat de numele regelui Olav Haraldson. Despre acesta se ştie din Cronica Regilor Norvegiei, scrisă de Snorri Sturlason (1179-1241) că s-a născut în anul 995 şi a devenit războinic viking. Luptând în slujba ducelui Richard al II-lea al Normandiei, a luat contact cu creştinismul, iar în 1015 a avut o viziune prin care era îndemnat să plece spre nord. A pornit împreună cu patru episcopi saxoni şi a devenit rege al Norvegiei. Călătorind prin întreaga ţară, i-a creştinat pe vikingi. Regele Knut al Danemarcei a ridicat pretenţii asupra Norvegiei şi, împreună cu o armată de păgâni norvegieni, a atacat ţara. Olav a fost nevoit să fugă spre Novgorod unde a fost bine primit, şi-a reorganizat armata şi bătălia decisivă s-a dat la 29 iunie 1030. Depăşit numeric, Olav a căzut sub securea unui păgân.

Trecut în rândul Sfinţilor, moaştele sale au fost găsite afară din mormântul în care fuseseră îngropate şi, fiind făcătoare de minuni, au fost depuse în cele din urmă în Catedrala din Nidaros, cum se numea oraşul la vremea respectivă. Securea a devenit un simbol al martiriului său şi apare şi astăzi pe uniformele armatei regale norvegiene.

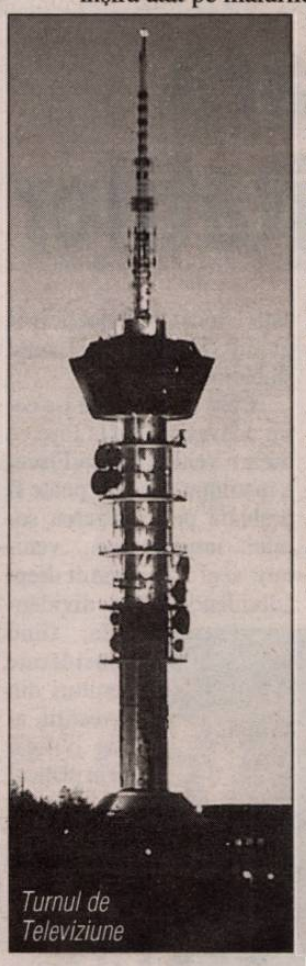
Tradiţia spune că altarul actualei catedrale se află chiar pe locul unde a fost mormântul Sfântului Olav. Construcţia a început în anul 1070 şi a fost terminată în jurul anului 1300. A fost distrusă în câteva rânduri de incendii şi reconstruită de fiecare dată. Este o construcţie gotică dar transeptul păstrează vechi

elemente romanice. Este impresionantă ca dimensiuni, având o lungime de 100 metri şi o lăţime de 30 metri. Este bogat ornamentată şi, din 1550 până la Reformă, a fost ţinta unui important pelerinaj, reluat din 1997.

Pe lângă Catedrală, oraşul prezintă şi alte monumente încărcate de istorie. Unul dintre acestea este Muzeul Folcloric Trondelag, datând din 1909, unul dintre cele mai mari aşezăminte de acest fel din Suedia.

Fortăreaţa Kristiansen este şi ea un simbol al oraşului. Ridicată pe un deal din est, după incendiul din 1681, a fost terminată în 1685. Rolul ei era acela de protecţie împotriva atacurilor. Zidurile erau considerabile ca dimensiuni şi, în 1750, a fost modernizată cu bastioane şi cazemate. Clădirea principală era turnul defensiv, Donjonem, în care se afla artileria şi armamentul militar, transformat în zilele noastre în muzeu.

În zilele Celui de al Doilea Război Mondial, naziştii au executat aici o serie de luptători antifascişti, oraşul fiind sediul celui mai faimos agent Gestapo norvegian, Hanry Rinnan.



Turnul de Televiziune

Oraşul este şi locul în care sunt încoronaţi regii Norvegiei, reşedinţa regală Stiffsgarden fiind cea mai importantă construcţie din zonă. Cuprinde o suprafaţă de 4000 m.p. şi are 140 de camere.

Tradiţionale pentru Trondheim sunt şi clădirile de lemn. Specifice zonei Scandinaviei. Acestea, se înşiră atât pe malurile Nidelvei cât şi în centrul oraşului. Unele case sunt acoperite cu motive florale, viu colorate, putând fi observate de la mare distanţă. Câteva datează din secolul al XIX-lea şi au fost transformate în pensiuni, muzee şi anticariate.

Unul dintre principalele puncte de reper ale oraşului este Turnul de Televiziune, cu o înălţime de aproape 100 de metri, plasat în vârful

Statuia vikingului Leif Erikson

unui deal. Oraşul are de asemenea o universitate de renume internaţional, numeroase centre de cercetare şi este considerat capitala tehnologică a ţării.

Aceste aspecte moderne nu umbresc cu nimic farmecul aşezării baroc din secolul al XVII-lea străbătută şi de mult mai vechile străduţe medievale, înguste.

Pe marginile unui fiord de aici poate fi admirată şi statuia vikingului Leif Erikson, considerat adevăratul descoperitor al Americii. El poartă la gât o cruce creştină spunându-se că, acostând în Norvegia, în jurul anului 1000 a fost convertit la creştinism şi trimis în Groenlanda pentru a răspândi credinţa. Făcând însă un ocol, a ajuns pe insula Newfoundland din Canada.

Simboluri ale umanităţii

Robigo

Zeiţă arhaică din mitologia romană, Robigo, al cărei nume se traduce prin „rugină", este protectoarea lanurilor de grâu. Uneori poate simboliza şi o acţiune nefastă prin care îmbolnăveşte cerealele de mălură. Varianta masculină a zeiţei se numeşte Robifus şi are aceleaşi atribute. Sărbătoarea Robigalia, de la 25 aprilie, era închinată zeiţei, implorată să protejeze grânele.

Cu puţin înainte de începerea ceremoniilor, un flamen, respectiv un preot însărcinat cu sacrificiile, aducea drept jertfă zeiţei un câine roşcat. Ritualul, numit *augurium canaris,* avea loc într-un crâng, consacrat zeiţei. Biserica catolică a preluat ideea Robigaliilor – evident fără sacrificarea vreunui animal – organizând în scopul protejării recoltelor, procesiuni consacrate Sfântului Marc.

Diaconul Coresi la Braşov

În municipiul Braşov, în curtea bisericii Sfântul Nicolae din Schei, se află statuia de piatră a diaconului Coresi. Autorul primelor cărţi în limba română s-a stabilit în Scheii Braşovului şi a fost cunoscut ca diacon, traducător şi mai ales tipograf, militând, în secolul al XVI-lea, pentru introducerea limbii române în biserică. Monumentul este amplasat lângă muzeul „Prima şcoală românească" şi este opera sculptorului Ion Meiu.

Muzeul expune tiparniţa marelui cărturar.

Pagina realizată de IRINA STOICA

Record mondial la 100 de ani

În septembrie 2014 a fost realizat în Japonia un recensământ pentru a se repertoria persoanele care au atins venerabila vârstă de 100 de ani. Numărul lor e impresionant: 59.000!, dintre care 87% sunt femei. Numeroase centenare sunt active, unele dintre ele dând dovadă de o vitalitate incredibilă.

Cea mai de seamă reprezentantă a acestora este Mieko Nagaoka – se îndreaptă spre 101 ani – care şi-a fortificat condiţia fizică făcând sport de performanţă – înot – începând de la vârsta de 80 de ani în cadrul unui program terapeutic (îşi pierduse mobilitatea la nivelul unui genunchi). De-atunci nu s-a mai desprins de bazinele de înot.

La 99 de ani a reuşit să parcurgă 1.500 metri într-un bazin olimpic, o performanţă formidabilă care a stimulat-o, pe de-o parte să continue, să-şi depăşească performanţele, iar pe de alta, să scrie o carte în care a povestit întreaga istorie, plină de detalii şi reflecţii, a celor 20 de ani de activitate sportivă.

Recent, a stabilit un record mondial la categoria 100-104 ani, parcurgând distanţa de 1.500 metri într-o oră, 15 minute şi 54 de secunde în aplauzele frenetice ale spectatorilor, optând pentru stilul liber.

Deocamdata aşteaptă ca performanţa să fie înscrisă în Cartea Recordurilor. În niciun caz nu se va opri aici. „Voi înota până la 105 ani după care mă voi retrage. Sper să mai trăiesc apoi cel puţin 5 ani, dar departe de apa bazinelor de înot", a declarat presei, plină de optimism. *(D.M.)*

„Zburătorul" din piaţa publică

Trebuie să recunoaştem că nu e deloc la îndemâna oricărui muritor să o „taie" dintr-odată, aşa, prin văzduh, privindu-şi semenii pedeştri de la câţiva metri înălţime, ca şi cum s-ar fi plictisit să păşească apostoleşte pe caldarâm. Totuşi, oricât ar părea de nebunească afirmaţia, aflaţi că există semeni ai noştri care sunt capabili să ţină cu sufletul la gură sute şi sute de oameni, ceasuri întregi, pur şi simplu plutind deasupra capetelor lor. Poate aţi ghicit: vorbim despre aşa-numiţii mentalişti ori, oarecum mai simplu, iluzionişti.

A „comis-o" recent israelianul Hezi Dean, în miezul zilei, deasupra unei străzi circulate din capitala Tel Aviv. El a plutit, efectiv, la câţiva metri înălţime, timp de 5 ore, în poziţie verticală absolut normală, având – atenţie! – doar palma dreaptă lipită de peretele unei clădiri cu mai multe etaje, iar cu stânga făcând din când în când semne de salut către asistenţa siderată.

În tot acest timp s-a lăsat filmat şi fotografiat din toate unghiurile posibile, astfel că ipoteza unui vicleşug de doi bani era din capul locului eliminată. La expirarea celor 5 ore, sub locul deasupra căruia plutea Hezi a fost adus un postament „camuflat" cu o pânză simplă, de pe care în secundele următoare bărbatul a coborât zâmbitor, dar vizibil epuizat.

Fără alte amănunte, el a declarat, laconic: „Sunt foarte bucuros să mă întorc acasă cu maşina mea şi nu într-o ambulanţă. E prima dată când se întâmplă să revin viu şi nevătămat." De fapt, Hezi nu s-a aflat la prima performanţă extremă fără explicaţie aparentă, raţională şi logică. El şi-a mai petrecut nu mai puţin de 64 de ore într-o ladă plină cu gheaţă, precum şi suspendat de un fir, pe un zgârie-nori, tot în Tel Aviv. Acum, să nu vă aşteptaţi să vă dezvăluim şi secretul uluitoarei performanţe a tânărului. Nu de alta, dar nici noi nu o cunoaştem... *(A.N.P.)*

A sfidat moartea
pentru un necunoscut

Există indivizi care-şi pun viaţa în primejdie, instinctiv, pentru a salva pe cineva dintr-un pericol de moarte. În cele mai multe cazuri, pe cineva foarte drag.

Canadianul Tristan Gorem, în vârstă de 21 de ani, şi-a pus viaţa în primejdie pentru o persoană necunoscută. În timp ce rula pe o şosea, a văzut un automobil care a deviat brusc şi s-a răsturnat de câteva ori. Tristan a ajuns imediat în apropierea acestuia. A coborât şi s-a repezit spre maşina care era în flăcări reuşind să deschidă portiera, să desfacă centura şi să salveze şoferul, un bărbat matur care scăpase cu viaţă în urma impacturilor. La puţin timp, maşina a explodat.

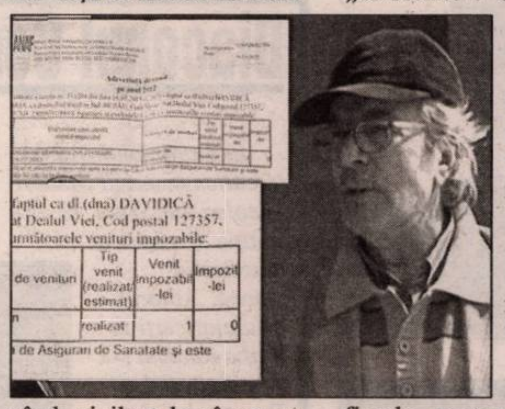
După ce a transportat victima la spital, a dat o declaraţie la poliţie. Unul dintre ofiţeri l-a întrebat: „Veţi mai salva o viaţă de om ştiind că o puteţi pierde pe a dumneavoastră?". A răspuns zâmbind, dar... convingător: „Sunt dispus să o fac dacă la volan s-ar afla o fată încântătoare". *(D.M.)*

România, ţara tuturor posibilităţilor

Multă vreme, ne plăcea să zicem că mult-visata Americă merită din plin supranumele de ţară a tuturor posibilităţilor. Asta, până ne-am dumirit că şi noi putem concura cu brio (sub unele aspecte, mă rog) pentru dobândirea unui statut similar. Şi parcă fiecare zi vine să demonstreze că grozăvii şi aberaţii ca la noi nu prea găseşti la tot pasul prin lumea asta mare. Aşa se face că, „graţie" unei tradiţionale ignoranţe birocratice vecine cu prostia şi cu nesimţirea crasă, vieţile unor oameni simpli sunt serios puse în cumpănă şi chiar distruse iremediabil, însă, se-nţelege, nimeni nu este niciodată tras la răspundere. Aflaţi şi vă minunaţi!

După cum relata recent ziarul Adevărul, buzoianca din satul Dealul Viei pe nume Maria Davidică a fost „fericită" de statul român guvernat la vremea respectivă, cu aşa-zise acţiuni provenite din privatizarea în masă.

Necazul e că femeia, casnică fiind, abia în 2012 a aflat de binefacerile vremurilor noi, primind drept dividende (sic!) „fabuloasa" sumă de 1 leu, între timp ea neavând habar că e – vezi, Doamne – şi acţionar! Iar ca orice investitor – fie el şi sărac, dar cinstit, trebuia, vezi bine, să plătească şi oarece taxe. Dar, dacă nici măcar nu ştia de aşa ceva, firește că şi-a văzut de amarul vieţii de fiecare zi. Până



când, vigilent la sânge cu amărăştenii, onor Fiscul a băgat de seamă că de fapt buzoianca era o indisciplinată la capitolul plăţii taxelor.

Urmarea a fost dramatică pentru femeie. Cu câteva săptămâni în urmă, îmbolnăvindu-se, a vrut să se interneze, dar neavând venituri, soţul său, pensionar, a vrut să o preia pe asigurarea lui de sănătate, astfel încât să beneficieze gratuit de internare. Lanţul slăbiciunilor!

Casa de Sănătate i-a cerut adeverinţă de la Fisc că nu are venituri, însa Fiscul a înştiinţat-o că nu poate fi preluată pe asigurarea soţului, întrucât are... venituri: acel 1 leu primit drept „dividende". Or, dividendele, fiind considerate venituri din investiţii, atrag obligatoriu plata unei cote de 5,5% drept contribuţie de asigurare de sănătate.

Iar potrivit legislaţiei fiscale, pentru sume derizorii procentajul nu se aplică la valoarea acestora, ci la valoarea salariului minim pe economie. Aşa se face că în trei ani, la fel ca-ntr-o poveste horror, leul primit în 2012 i-a adus Mariei Davidică şi o datorie de aproape 1.000 de lei către Fisc, potrivit publicaţiei „Adevărul". Mândră-i corabia, meşteri cârmacii, nu-i aşa?! *(A.N.P.)*

Naştere în zbor

Aşa cum ştim, cum suntem informaţi de toată mass-media, în timpul unui zbor cu avionul se petrec tot felul de evenimente. De cele mai multe ori neplăcute. Dar şi unele de-a dreptul surprinzătoare. Acesta este şi cazul unei întâmplări neaşteptate petrecute într-un Boeing 777 al agenţiei Qatar Airways în spaţiul aerian al Canadei. Avionul, cu destinaţia Doha, a fost nevoit să aterizeze pe o insulă în estul ţării. Nu din cauza vreunei avarii ci datorită faptului că o femeie – a cărei identitate nu a fost dezvăluită – a născut un băieţel absolut sănătos.

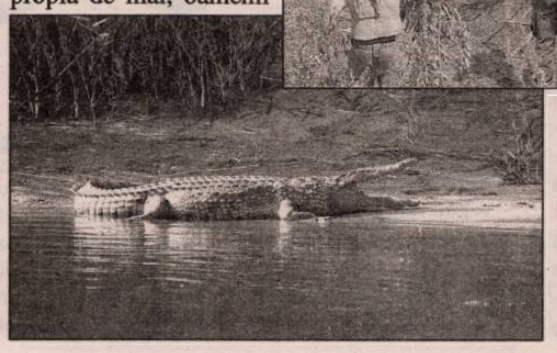
Naşterea a avut loc la două ore, după decolarea din Miami şi a fost asistată de doi doctori aflaţi în avion. Se ştie că femeile cu o sarcină avansată, respectiv peste şase luni, nu au voie să călătorească în avion. Toate agenţiile le-o interzic.

Se pare că tânăra, a cărei burticică nu era prea spectaculoasă, îşi declarase sarcina mult mai mică.

Oricum, după aterizare tânăra mamă şi copilul au fost duşi urgent la un spital. *(I.S.)*

Din „duşman" de temut, prieten apropiat

Un crocodil cu o lungime de doi metri a apărut anul trecut, în mod surprinzător, într-un lac artificial din insula Creta. Iniţial a fost considerat un mare pericol, aşa încât bărbaţii mai îndrăzneţi au încercat să-l captureze. Toate tentativele s-au soldat cu eşecuri. Cu timpul, localnicii, care l-au numit Sifis, au început să-l îndrăgească pentru că animalul era „prietenos". Nu a fost semnalată nicio tentativă de agresivitate. Când se apropia de mal, oamenii îl ademeneau cu hrană. O înghiţea rapid, aşteptând nemişcat suplimente după care se retrăgea în apă.



În urmă cu câteva săptămâni a fost găsit fără suflare. Se presupune că moartea a survenit din cauza valului de frig care a lovit insula unde s-au înregistrat temperaturi apropiate de 0ºC, ceea ce este cu totul neobişnuit în această parte a Greciei. Tinerii, în special, îndureraţi, i-au acoperit corpul cu flori... Corpul animalului a fost transportat într-un laborator al Muzeului de Istorie Naturală Heraklion pentru a fi examinat.

Cum a ajuns Sifis în lac? A fost abandonat, aşa cum se întâmplă în multe cazuri, de un crescător de animale „exotice". Unele dintre ele evadează din grădini zoologice aşa cum s-a petrecut de pildă în Austria, unde un crocodil de talie mare, importat din America de Sud, a fost descoperit într-un râu. A fost însă capturat şi reintrodus în Grădina Zoologică din Viena. *(D.M.)*

Rivalităţi la Hollywood

Întotdeauna constituie un şoc pentru cinefili să afle că actori între care credeau că există o „chimie" deosebită pe marele ecran se urăsc de moarte, în viaţa de zi cu zi. De la „dragostea cu năbădăi, bătăi şi porţelanuri sparte... în cap dintre Liz Taylor şi Richard Burton, la relaţia dezastruoasă dintre Dakota Johnson şi Jamie Dornan, din exagerat de mediatizatul „Fifty Shades of Grey", unii actori ne-au păcălit mereu să credem că între ei e o iubire foarte mare, când, de fapt, nu era, în realitate, decât dispreţ sau chiar ură. Mai multe exemple de rivalităţi hollywoodiene pe care nu le-aţi fi bănuit, în rândurile de mai jos.

Bette Davis şi Joan Crawford

Duelul tăcut dintre cele două a fost o legendă în Hollywood-ul începuturilor cinematografiei. Unii sugerează că Davis s-a simţit umilită când Crawford, care era bisexuală, a început să-i facă avansuri. Alţii spun însă că râca dintre ele a început când Crawford s-a căsătorit cu Franchot Tone, un bărbat de care şi Davis era îndrăgostită. Conflictul a atins apogeul la filmările pentru „Ce s-a întâmplat cu Baby Jane?". Crawford a fost rănită la cap după ce Davis a lovit-o prea tare,

într-una din scene, dar s-a răzbunat punându-şi o centură cu greutăţi în altă scenă, în care Davis trebuia s-o care în spinare. Oricum, judecând după biografiile scrise de propriile lor fiice, ambele actriţe au părut nişte scorpii!

Olivia de Havilland şi Joan Fontaine

Frumoase şi charismatice, cele două actriţe au fost surori, dar asta nu le-a împiedicat să se urască. În autobiografia ei, Joan scrie că Olivia n-a putut-o suferi niciodată şi că i-a rupt chiar clavicula intenţionat, în adolescenţă. În 1942, cele două concurau pentru Oscar, iar faptul că Fontaine a câştigat, în defavoarea surorii mai mari, a înfuriat-o groaznic pe aceasta. Atât de mult încât, în 1947, când şi ea va primi Oscarul, va refuza să-i strângă mâna surorii sale, amfitrioana festivităţii de decernare. Până şi în amor au fost rivale, Joan Fontaine luând în căsătorie pe fostul prieten al Oliviei! Moartea mamei lor, în 1975, le-a înstrăinat şi mai mult: Joan a pretins că n-a fost invitată la funeralii, Olivia a motivat că n-a chemat-o fiindcă oricum n-ar fi venit. De atunci, nu şi-au mai vorbit niciodată.

Laurence Olivier şi Marilyn Monroe

Deşi a fost poate cel mai bun actor al tuturor timpurilor, Sir Laurence Olivier nu a fost dublat şi de calităţi umane pe măsură. Sir Alec Guiness îl considera „morocănos şi răzbunător", iar Orson Welles, indignat de mizeriile pe care actorul britanic le făcea colegilor de platou spunea că este„de-a

dreptul prost". Faţă de Marilyn Monroe avea însă să se dezlănţuie ura lui Olivier. La filmările pentru „Prinţul şi fata", el a făcut viaţa frumoasei blonde un adevărat coşmar. Echipa de filmare a asistat la numeroase scene în care consacratul Olivier a umilit-o pe Marilyn, considerând-o „inferioară". El o numea constant „târfă" şi refuza să-i recunoască statutul de sex-simbol, ceva ce Marilyn nu i-a iertat niciodată.

Faye Dunaway şi Roman Polanski

În ciuda triumfurilor sale cinematografice, de la „Cuţitul în apă" la „Pianistul", Roman Polanski nu a fost, ca şi mai sus amintitul Laurence Olivier, un caracter de pus în ramă. Acuzaţiile de viol şi pedofilie, care-l urmăresc şi azi, şi-au pus serios amprenta asupra carierei lui şi nu sunt singurele „pete negre" care-l mânjesc. Pe când filma în 1974 la „Chinatown", tensiunile dintre el şi actriţa principală, Faye Dunaway, au devenit atât de mari încât s-a pus problema abandonării proiectului. Într-un interviu, Polanski a pretins că Dunaway ar fi fost o nerecunoscătoare şi că, după ce îl implorase să-i acorde ei rolul, începuse să

facă nazuri. Martorii susţin cu totul altceva: violenţa lui Polanski nu era doar verbală, ci şi fizică – la un moment dat, enervat de o şuviţă rebelă a actriţei, a smuls-o, pur şi simplu! Tensiunea a atins cote inimaginabile când regizorul a refuzat să-i permită lui Faye o pauză de toaletă; actriţa a urinat într-o ceaşcă de cafea de pe platou şi i-a aruncat-o în faţă lui Polanski!

Sophia Loren şi Jayne Mansfield

În 1957, Sophia Loren, care abia ajunsese la Hollywood, după ce devenise o divă în Europa, a decis să dea o petrecere mondenă la Beverly Hills, respectând o tradiţie actoricească inaugurată cu multe decenii în urmă. Printre invitaţi s-a numărat şi starleta Jayne Mansfield, care se producea pe atunci în cluburile de noapte din Los

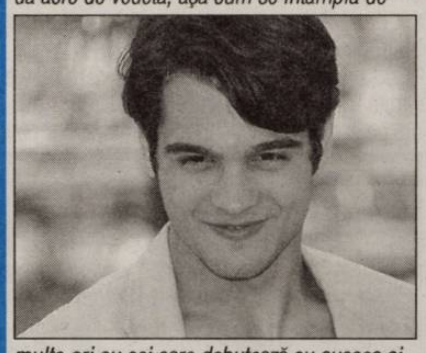
Angeles. Aceasta îşi cucerise deja reputaţia de „spărgătoare de petreceri", înscenând incidente pe care presa de scandal le specula, spre a-i creşte notorietatea actriţei. Deşi ştia asta, Loren a invitat-o totuşi şi avea să regrete: Mansfield a furat, practic, petrecerea. După ce s-a suit pe masă şi a dansat într-o rochie provocatoare, s-a plantat lângă Loren şi nu s-a mai dezlipit de ea, pentru ca toată lumea să vadă că e mai apetisantă decât italianca.

Peste ani, Sophia Loren va explica privirea din acea fotografie faimoasă făcută cu acel prilej: „Jayne avea o rochie atât de decoltată, încât m-am temut că sânii ei vor cădea pe farfuria mea".

PORTRET

George Pişterеanu

La numai 19 de ani, George Pişterеanu a cucerit publicul amator de film românesc cu rolul său din „Eu când vreau să fluier, fluier", capodoperă a cinematografiei autohtone, premiată cu Ursul de Argint la Festivalul de Film de la Berlin. El a câştigat şi premiul pentru cel mai bun actor la Festivalul de Film de la Stockholm, membrii juriului declarând că au fost lăsaţi fără cuvinte de prestaţia acestuia din „Loverboy". Tânărul actor a primit de curând recunoaşterea oficială a talentului său înnăscut, fiind desemnat „Cea mai bună tânără speranţă" în cadrul Festivalului Gopo. Astfel de premii nu îl fac însă să-şi piardă capul, fiindcă George nu-şi dă aere de vedetă, aşa cum se întâmplă de



multe ori cu cei care debutează cu succes şi se pomenesc, dintr-o dată, sub lumina reflectoarelor. E conştient că mai are mult până va deveni un actor important, motiv pentru care e serios, modest, deschis, permanent preocupat de drumul pe care a apucat nu de mult timp.

Provenind dintr-o familie modestă, George a fost crescut de bunici, părinţii lăsându-l în grija acestora pe când avea doar doi ani şi plecând la muncă în Italia, pentru a-i clădi un trai mai bun. Nu şi-a dezamăgit mama şi tatăl, ba chiar i-a făcut să fie mândri de el, şi-a văzut întotdeauna de şcoală şi-a cultivat talentul de a se face cu orice preţ plăcut de toată lumea şi a dovedit de mic un excelent spirit întreprinzător. A învăţat multe lucruri de la „mamaie", aşa cum îi spune bunicii care i-a ţinut loc de mamă şi căreia îi datorează copilăria fericită pe care a avut-o.

Cel mai recent proiect al tânărului actor este un lungmetraj irlandez, „You re Ugly Too", în regia lui Mark Noonan, care se anunţă a fi de mare succes, fiind selectat în secţiunea „Generation KPlus" competiţională din acest an la Festivalul de Film de la Berlin. Alături de George, în acest film îl vom putea admira pe actorul irlandez Aidan Gillan, devenit celebru pentru rolul Petyr Littlefinger Baelish din serialul „Urzeala Tronurilor" de la HBO.

Pagină realizată de
GABRIEL TUDOR

Colţul cu litere

Politică, istorie şi psihologie

Recent a fost lansat la Humanitas Fiction romanul *O regină pe eşafod* de Hilary Mantel, dintre toţi scriitorii britanici, singura romancieră căreia i s-a acordat de două ori prestigiosul Man Booker Prize. Apărut în 2012, romanul a fost tradus în peste 30 de ţări şi a primit numeroase premii internaţionale. În *O regină pe eşafod,* reţeaua de intrigi, trădări şi uneltiri de la curtea lui Henric al XVIII-lea e văzută prin ochii lui Thomas Cromwell. Om politic abil şi tenace, acesta are o ascensiune fulminantă, ajungând să fie chiar mâna dreaptă a lui Henric. Când Anne Boleyn, actuala soţie a

regelui, cade în dizgraţie, Cromwell e chemat să dezlege firele complicate ale triunghiului amoros format din Anne, Henric şi Jane, noua favorită.

Pentru cine nu a auzit despre această scriitoare britanică, să amintim câteva date biografice. Dame Hilary Mantel s-a născut în Derbyshire, England, pe 6 iulie 1953. A studiat dreptul la *London School of Economics* şi *Sheffield University.* A lucrat ca asistent social şi a trăit în Botswana cinci ani, apoi încă patru în Arabia Saudită, înainte de a se întoarce în Anglia la mijlocul anilor '80, unde o lungă perioadă de timp scrie cronică de film pentru *The Spectator.*

Printre cărţile ei se numără *Eight Months on Ghazzah Street* (1988); *Fludd* (1989), *A Place of Greater Safety* (1992), *A Change of Climate* (1994); *Beyond Black* (2005). Romanul *Wolf Hall* (2009), prima parte a unei trilogii dedicate ascensiunii şi decăderii lui Cromwell, îi aduce primul *Man Booker Prize.*

Dacă timpul ar avea o istorie...

Nicio carte de ştiinţă nu s-a bucurat vreodată de popularitatea *Scurtei istorii a timpului,* publicată de Stephen Hawking în anul 1988, carte pe care am citit-o în original, în acelaşi an, la Biblioteca Americană din Bucureşti. Explicaţia acestui succes ţine atât de scriitură, cât şi de natura întrebărilor pe care le pune aici Stephen Hawking: Cum s-a născut Universul? Este timpul reversibil? Este spaţiul nemărginit? Există şi alte dimensiuni spaţiale care scapă percepţiei noastre? Există o săgeată a timpului?

Arta lui Hawking e de a găsi imagini intuitive, pregnante, prin care stimulează fantezia şi curiozitatea oricărui

cititor, fie că este sau nu iniţiat în fizica teoretică. Recent, la editura Humanitas a apărut o nouă ediţie a *Scurtei istorii a timpului,* în traducerea Michaelei Ciodaru şi cu ilustraţiile lui Ron Miller.

Amintind faptul că în 1988 am tradus eu însumi în revista *Magazin* un fragment din capitolul 9, *Săgeata timpului,* iată un fragment din Mulţumirile lui Stephen Hawking din debutul cărţii: „Am hotărât să încerc să scriu o carte de popularizare despre spaţiu şi timp după ce am ţinut cursurile Loeb la Harvard, în 1982. Există deja un număr considerabil de cărţi privind începuturile Universului şi găurile negre, variind de la foarte bune, cum ar fi cartea lui Steven Weinberg *Primele trei minute,* până la foarte proaste, pe care nu le voi numi. Totuşi, am simţit că niciuna dintre ele nu răspunde întrebărilor care m-au condus la efectuarea cercetărilor în cosmologie şi teoria cuantică: De unde vine Universul? Cum şi când a început? Va ajunge la un sfârşit, şi dacă da, cum? Acestea sunt întrebări care ne interesează pe toţi. Totuşi, ideile de bază privind originea şi soarta Universului pot fi enunţate fără utilizarea matematicii, într-o formă pe care o pot înţelege oamenii care nu au educaţie ştiinţifică. Este ceea ce am încercat să fac în această carte. Cititorul trebuie să judece dacă am reuşit. Cineva mi-a spus că fiecare ecuaţie pe care o includ în carte va înjumătăţi vânzările. Prin urmare, am hotărât să nu existe ecuaţii. Totuşi, în cele din urmă, am introdus o ecuaţie, faimoasa ecuaţie a lui Einstein, $E = mc$. Sper ca aceasta să nu sperie jumătate din cititorii mei potenţiali".

O carte cu multe întrebări şi posibile răspunsuri, cu un subtitlu care sună îndrăzneţ, *De la Big Bang la Găurile negre,* dar cu răspunsuri care s-au perimat în bună parte, de vreme ce nici teoria Big Bangului nu mai este pe deplin acceptată, nici teoria existenţei găurilor negre nu mai stă în picioare, fiind respinsă chiar de părintele ei, Stephen Hawking.

GEORGE CUŞNARENCU

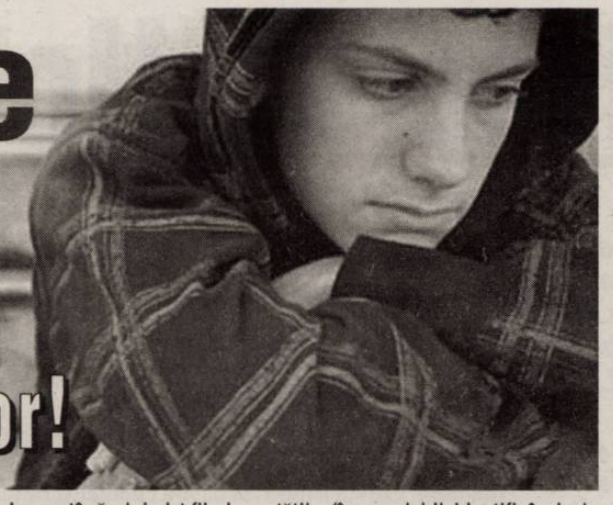
Şi automobilul „dăunează grav sănătăţii”

Omul modern e din ce în ce mai comod sau altfel spus, mai leneş, preferând să facă mişcare cât mai puţin şi să pună aparatele şi maşinăriile să acţioneze în locul său (ba, uneori, şi să gândească!). Numai că se întâmplă frecvent, chiar fără să o ştim, ca toate facilităţile datorate erei automatizărilor să se întoarcă împotriva sănătăţii noastre. E cazul şi cu omniprezentul automobil, fără de care unii nu se pot deplasa nici măcar câteva sute de metri... Cercetătorii suedezi au studiat mai multe moduri de a ajunge la locul de muncă şi au demonstrat cum acestea afectează sănătatea, capacitatea de muncă şi viaţa personală. Mersul pe jos şi cel cu bicicleta, din motive evidente, sunt mai utile decât deplasările cu transportul public sau privat, dar ce fel de transport este cel mai puţin dăunător?

Studiul a inclus aproximativ 21.000 de persoane, cu vârste între 18-65 de ani, care lucrează mai mult de 30 de ore pe săptămână. În cadrul chestionărilor participanţii la studiu au fost întrebaţi despre modul în care ajung la locul de muncă şi cât timp le ia ori cum îşi apreciază singuri sănătatea, luând în considerare factori cum ar fi stresul, somnul, sănătatea mintală, numărul de zile de concediu medical şi altele.

Rezultatul a arătat că, dacă se va alege între transportul public şi cel privat, călătoria cu mijloacele de transport public este mai puţin dăunătoare, deoarece cauzează mai puţină încordare şi stres. De obicei, oamenii care preferă maşina personală sau transportul public suferă de insomnie, obosesc mai repede şi, în general, se simt mult mai rău decât iubitorii bicicletelor şi mersului pe jos. Un impact negativ asupra sănătăţii călătorilor îl are şi timpul cât se află în transportul public. Totodată, starea de sănătate a conducătorilor auto care petrec la volan 30-60 de minute este mai rea decât cea a utilizatorilor transportului public cărora le ia mai mult timp să ajungă la serviciu cu maşina personală.

Atenţie la depresiile adolescenţilor!



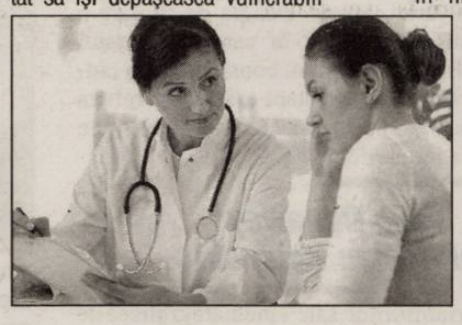
Aproximativ 8% din adolescenţii între 12 şi 18 ani suferă de depresie. Or, şi mai îngrijorător e faptul că la această vârstă simptomele trec deseori neobservate. În astfel de situaţii, să câştigi încrederea unui tânăr aflat în suferinţă e dificil, fiindcă el nu se confesează spontan şi cu uşurinţă.

Depresia nu înseamnă deprimare

Una dintre primele etape în reperarea depresiei constă în atenţia ca nu cumva să comitem eroarea de a o confunda cu deprimarea, aceasta din urmă fiind trăită de altfel de majoritatea oamenilor pe parcursul adolescenţei. Deprimarea este o stare normală şi tranzitorie, reperabilă în perioada cât subiectul prezintă o serie de simptome dezagreabile: e mai tot timpul posomorât, instabil emoţional, puţin comunicativ. Totuşi, starea respectivă nu se repercutează semnificativ asupra activităţilor cotidiene ale adolescentului, asupra relaţionării lui cu cei din jur ori asupra vieţii sale şcolare. Aceasta, chiar dacă — inevitabil — se impune o supraveghere a tânărului, dat fiind faptul că starea reclamată constituie un factor de risc la adresa unei depresii veritabile. În schimb, depresia (sau episodul depresiv) se traduce prin simptome puternic conturate: tulburări umorale şi de coerenţă în gândire, tulburări fizice şi instinctuale, percepţii negative, idei suicidare. Asemenea simptome se remarcă prin durată şi antrenează suferinţe clinice semnificative, precum şi o anume respingere la adresa a ceea ce înseamnă cotidian — de la persoane şi întâmplări mărunte, până la evenimente şi fenomene curente.

Stabilirea diagnosticului corect

Pe termen scurt, obiectivul luării sub observaţie a depresiei constă în gestionarea corespunzătoare şi tratarea crizei suicidare, pentru a-l proteja pe adolescent. Pe termen lung, acesta trebuie ajutat să îşi depăşească vulnerabilităţile (în prealabil identificându-le corect) şi să-şi regăsească respectul de sine.



Pentru a se putea stabili diagnosticul de depresie trebuie ca simptomele să se fi manifestat timp de minimum 15 zile şi să fi fost cel puţin în număr de 5, incluzând unul dintre cele două simptome de referinţă: ■ umoare depresivă (sau iritabilă); ■ pierderea generală a interesului ori a plăcerii pentru indiferent ce anume.

Medicul va evalua intensitatea depresiei — uşoară, moderată sau severă, precum şi caracteristicile ei simptomatice — melancolică, atipică, anxioasă, mixtă, psihotică. Se recomandă apoi dirijarea adolescentului în suferinţă mai întâi către o terapie noninvazivă, blândă, înainte ca eventual să apară tendinţa ori chiar decizia de a i se prescrie un tratament cu medicamente. Dacă după 4-8 săptămâni de psihoterapie simptomele persistă, se poate lua în calcul şi medicaţia, însă numai în asociere cu psihoterapia.

În fine, trebuie avută mare atenţie asupra unui detaliu ce poate deveni hotărâtor în evoluţia tânărului subiect-pacient: spitalizarea este rezervată numai cazurilor grave, în care riscul trecerii la actul suicidar este iminent sau când contextual familial e defavorabil tratamentului şi vindecării.

Apa potabilă — „certitudini” înşelătoare

Printre veritabilele obsesii ale societăţii de azi, cu o covârşitoare focalizare pe zona occidentală şi pe mediul urban, ideea de igienă şi sănătate condiţionată obligatoriu de combaterea elementelor bacteriene şi de izolarea produselor alimentare în recipiente şi spaţii cât mai sterile pare a se transforma într-o maladie.

Pentru că uneori nu se vede pădurea din cauza copacilor, iar noi riscăm să ne îmbolnăvim tocmai evadând din ceea ce e natural de nenumărate milenii şi scufundându-ne în lucruri artificiale care nu de puţine ori ascund ameninţări majore. Iată, spre exemplu, banala — dar vitala — apă potabilă, care încă nu a devenit acea înfiorătoare sursă de conflicte globale devastatoare, aşa cum se vorbeşte de mai multe decenii.

De unde luăm apa de băut?

Nu, nu e o întrebare stupidă. Numeroase studii relevă că apa la PET este chiar mai periculoasă decât cea de la robinet, în pofida convingerii că lucrurile stau de fapt invers. Bineînţeles, aici îşi au un rol esenţial propaganda şi reclama pe care o fac producătorii, fiindcă, probabil, cea mai prosperă afacere este să vinzi apă: efort minim — profit maxim. Dar să fim foarte clari: nu la produsul în sine ne referim aici, ci la recipientul şi structura în care acesta e făcut să circule şi să staţioneze. Revenind la studii, ele indică faptul că ambalajul din plastic nu poate asigura puritatea microbiologică şi, doar după 3 zile de expunere la razele soarelui, într-un mililitru de apă plată sau minerală îmbuteliată în plastic sunt de până la 500 ori mai multe bacterii decât în aceeaşi cantitate de apă de la robinet.

Explicaţia este simplă. Deoarece apa de la robinet nu intră în contact cu razele solare iar temperatura apei este sub 24ºC, nu sunt îndeplinite condiţiile dezvoltării microbilor şi bacteriilor care există în orice mediu de pe pământ. Vara le găsim depozitate în aer liber şi la temperaturi de peste 30ºC. Lucrurile sunt cu atât mai grave cu cât în urma analizelor (care nu se fac publice, deşi legislaţia europeană o impune), în apele îmbuteliate se găsesc culturi de Cyptosporidium, care sunt responsabile pentru 25% din cazurile de greaţă, diaree, febră, şi care, pentru bătrâni, dar mai ales bebeluşi, pot fi uneori fatale.

Din păcate, bacteriile nu sunt singurele probleme şi poate chiar nu cele mai periculoase. Prin depozitarea apei în recipiente de plastic, din cauza temperaturilor mari, straturile superficiale sunt dizolvate la nivel molecular de moleculele de oxigen printr-un proces de oxidare, rezultând eliberarea a diverşi componenţi chimici, extrem de toxici. Principalii compuşi care se găsesc în cantităţi nedetectabile la îmbutelierea apei, dar care după 3 luni depăşesc limita maxim normal admisă.

Pentru a vă forma o imagine vagă despre acest aspect care nu depinde câtuşi de puţin de consumatori şi — repetăm — nici de apa potabilă în sine, care e un veritabil elixir în condiţii naturale, să adăugăm că specialiştii germani au găsit într-o singură butelie de apă (e impropriu spus sticlă, fiindcă de fapt e de plastic) aproape 25.000 de substanţe chimice!

Potrivit unei analize făcute de mai mulţi specialişti şi publicate în revista Toxicological Sciences din Marea Britanie, bisfenolul A (BFA) poate fi vinovat pentru apariţia unor migrene extrem de agresive. De asemenea, oamenii de ştiinţă spun că BFA poate fi asociat şi cu alte simptome, precum şi cu tulburările de vedere sau sensibilitatea la lumină şi la zgomote puternice.

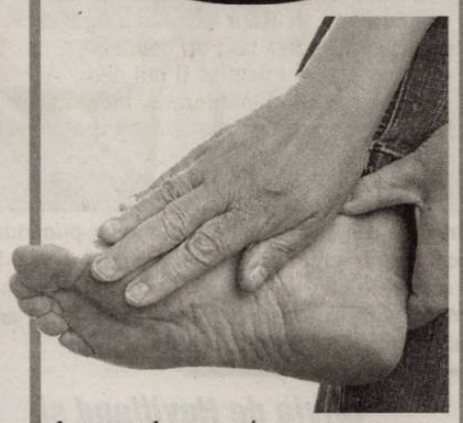
O altă problemă deosebit de gravă ar putea fi legată de creşterea tensiunii arteriale, a obezităţii şi chiar a atacurilor de cord. De menţionat că BFA a fost interzis în mai multe state din Uniunea Europeană, dar şi în Canada şi China, însă doar în cazul folosirii sale la fabricarea recipientelor destinate hranei bebeluşilor.

PE SCURT
despre sănătatea dumneavoastră

De ce te dor picioarele?

Picioarele sunt ţinta unor dureri ale căror cauze şi patologii asociate au o mare diversitate. Cel mai frecvent de origine musculară, osoasă, nervoasă ori vasculară, durerile de picioare pot fi acute sau cronice. Cele acute survin rapid, de pildă în urma unui efort fizic intens sau repetat ori chiar drept consecinţă a unor aşa-numite mişcări greşite. Ponderea cea mai mare o au durerile legate de oboseala sau de leziunile musculare: crampe, întinderi, răsuciri etc. Acestea se pot preveni prin încălzirea muşchilor, iar tratamentul minimal constă în repausul mai mult sau mai puţin prelungit. Leziuni traumatice mai grave sunt entorsele, luxaţiile, fracturile ori rupturile de tendon, de asemenea deseori legate de efortul fizic.

În numeroase asemenea cazuri, în cauză intră circulaţia sangvină, de exemplu în arterită sau în insuficienţa venoasă. Mai cu seamă, ele urmează formării unui cheag de sânge care blochează fluxul sangvin şi produce umflarea piciorului în cauză. E ceea ce se întâmplă în flebite, care pot fi superficiale, deseori în legătură cu varicele, sau



în semnalarea unei urgenţe medicale, dacă vena afectată se află în profunzime (aici apare riscul de embolie pulmonară). În situaţii de acest gen spitalizarea devine esenţială, dar se impune şi un tratament cu anticoagulante şi purtarea de şosete medicinale speciale, iar în cazuri mai grave se intervine chirurgical.

Uneori, durerile de picioare sunt de ordin nervos. Presiunea asupra unui nerv din partea inferioară a spatelui sau nevralgia sciatica constituie patologii care pot determina iradierea durerii de-a lungul întregului picior. De altfel, diabetul sau consumul excesiv de alcool favorizează anumite forme de degenerescenţă nervoasă la nivelul picioarelor, care provoacă dureri, furnicături, pierderea sensibilităţii şi tulburări motorii. Ceea ce trebuie reţinut la modul general este că orice durere neobişnuită la nivelul picioarelor trebuie să facă neapărat obiectul unui diagnostic medical precis, iar tratamentul va fi stabilit de medicul specialist în mod corespunzător.

Pagini realizate de
ADRIAN-NICOLAE POPESCU

Nervii şi hrana nu fac casă bună!

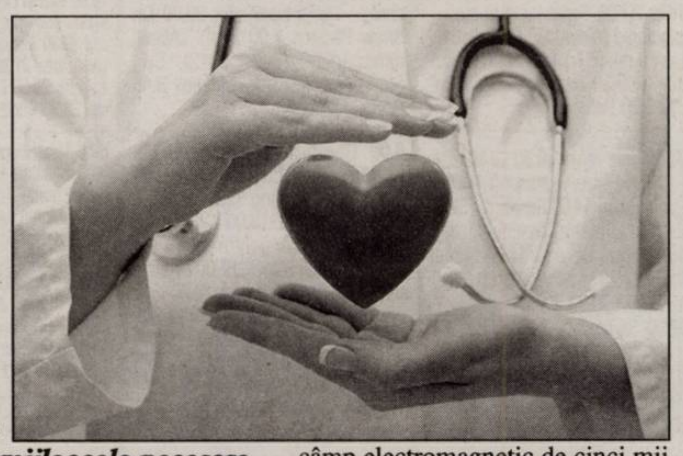
Vechile ziceri că nu trebuie să te superi pe mâncare ori că, dacă eşti nervos, mai bine nu te repezi la masă, fiindcă nu-ţi va prii nimic din ce introduci în stomac (dimpotrivă, aproape sigur îţi va dăuna) îşi au o argumentare concretă în chiar recomandările terapeuţilor şi medicilor. Îţi hrăneşti stomacul sau sentimentele? Deseori, răspunsul este: pe ambele! Avem nevoie de mâncare pentru a ne hrăni corpul, dar câteodată mâncăm pentru a ne satisface stările emoţionale. Consumăm anumite alimente pentru că suntem fericiţi, trişti sau chiar plictisiţi, dar când mâncăm din alte motive decât foamea fizică, este vorba despre mâncat pe fond nervos. Cum putem combate acest inamic al sănătăţii noastre? Mai întâi făcând diferenţa: mâncatul pe fond nervos apare brusc, spre deosebire de foame, care se instalează progresiv.

Încearcă să-ţi dai seama care sunt stările şi sentimentele care te fac să mănânci. Încearcă să-ţi distragi atenţia de la pofta de moment făcând altceva: ieşi la o plimbare, fă treabă prin casă sau vorbeşte cu un prieten. Găseşte o gustare care să reprezinte o alternativă sănătoasă, astfel încât, dacă sentimentul apare, să ai o opţiune care nu este mâncare nesănătoasă.

Dacă ţii un regim, eliminarea tuturor mâncărurilor nesănătoase îţi poate face mai mult rău decât bine. Spre exemplu, dacă nu poţi trăi fără ciocolată, nu o scoate complet din dieta ta. Poţi consuma o porţie mai mică, apoi restul să îl pui deoparte. Este vorba despre moderaţie, nu eliminare totală. Uneori ai nevoie doar să guşti. Prin urmare, încearcă să mănânci doar câteva guri. În felul acesta, este mai probabil să-ţi aminteşti gustul bun decât sentimentul de vinovăţie din cauză că ai mâncat tot pachetul. Dacă poţi recunoaşte că mănânci pe fond nervos, ţine minte că orice mâncare ai alege, trebuie să te obişnuieşti să te controlezi şi să mănânci cu moderaţie.

Doctorul Inimă ne vindecă din interior

Fiinţa umană reprezintă poate cea mai mare enigmă şi totodată provocare chiar pentru conştiinţa şi raţiunea umană. Unul dintre motivele principale pentru care (ar trebui să) vrem să ne cunoaştem cât mai bine derivă din însăşi tendinţa noastră firească spre perfecţiune, din toate punctele de vedere. Iar aici intră şi dorinţa de a trăi cât mai mult având o sănătate ireproşabilă. Pare o utopie, însă capacităţile organismului uman sunt practic nemărginite, astfel că – din unele cercetări, descoperiri şi ipoteze ştiinţifice logice – putem deduce că avem, efectiv, mijloacele necesare respingerii vectorilor bolilor, „ştiinţa" autoregenerării organelor, elementele active împotriva agresorilor externi şi interni şi aşa mai departe. Atâta doar că... nu ştim asta!



■ ***Nu mai este niciun secret şi deci nu trebuie considerată o enormitate ideea că (şi) noi, oamenii, suntem alcătuiţi din trei componente*** – trup fizic, suflet şi spirit şi că orice dezechilibru al uneia din cele trei structuri ne aduce suferinţă. Din păcate, toate bolile sunt autocreate. Până şi doctorii îşi dau seama acum de modul în care oamenii se autoîmbolnăvesc. Maladiile apar întotdeauna în câmpul energetic al omului cu mulţi ani înainte ca ele să se manifeste în planul fizic şi, de altfel, acesta este şi un temei al multor tipuri de terapii originare preponderent din Extremul Orient.

Câmpul energetic este primordial în raport cu corpul şi îi determină acestuia soarta, caracterul şi starea fizică. Organismul trebuie să blocheze programele distructive ce au pătruns în câmpul omului, deoarece, cu cât este mai puternic şi mai periculos programul distructiv, cu atât mai eficientă şi mai sigură poate să fie blocarea acestuia, adică boala.

■ ***În contextul celor arătate mai sus, devine plauzibilă ideea că aşa-numitul „motor" al organismului nostru, inima,*** nu numai că pompează în trup lichidul vital, sângele, ci devine ea însăşi un veritabil terapeut, cu puteri incredibil de mari de a acţiona – de sine stătător, am putea spune – în sensul ţinerii la distanţă a energiilor negative şi deci a bolilor, privilegiind în schimb echilibrul organismului, adică sănătatea.

Nu sunt simple vorbe speculative, ci chiar rezultate ale unor cercetări realizate pe parcursul a peste 20 de ani în cadrul Institutului HearthMath din SUA. În esenţă, s-a descoperit că inima emite un câmp electromagnetic de cinci mii de ori mai puternic decât câmpul pe care-l emite creierul. Spre exemplificare, cercetătorii arată că pentru 5 minute de gânduri şi trăiri negative, sistemul nostru imunitar are nevoie de 6 ore spre a recupera energia pierdută.

În acelaşi timp, dacă trăim 5 minute de compasiune şi apreciere, imunitatea se îmbunătăţeşte cu 41%. Am putea astfel să înţelegem forţa de vindecare a inimii blânde şi iubitoare, precum şi puterea trăirilor negative de a ne îmbolnăvi. Majoritatea oamenilor privesc boala ca pe un „ghinion" în viaţa lor, o nedreptate, mai ales dacă este vorba despre o maladie ereditară sau e luată de la cineva. De fapt, orice boală sau accident apărut în viaţa omului este provocată chiar de el.

■ ***De câte ori simţim şi gândim negativ, ne înfuriem, ne supărăm, urâm, dezapreciem sau judecăm agresiv,*** de fapt ne „îndepărtăm" de inimă şi atunci boala sau durerea constituie pur şi simplu un semnal concret al corpului, un avertisment, dar şi o sancţiune implicită, dacă vreţi.

Dimpotrivă, dacă vom gândi binele tuturor, vom crea starea de legătură firească, de armonie între inimă şi minte, ceea ce va atrage efecte nebănuite. Mai întâi, se vor vindeca multe dintre afecţiunile pe care le avem în corpul fizic.

Dar, mai presus de orice, ne vom simţi vindecaţi sufleteşte de acele maladii nevăzute ce ne macină aproape permanent, chiar fără să ne dăm seama. Nu vom mai face eforturi pentru a gândi pozitiv, pentru a aprecia, pentru a dărui, pentru a ne simţi iubitori sau generoşi.

Ca să înţelegem mai bine starea aceasta dătătoare de seninătatea indispensabilă sănătăţii, putem face o comparaţie cât se poate de palpabilă cu boala. Neglijăm de obicei ani în şir tot ce înseamnă păstrarea şi fortifierea sănătăţii, consumând nenumărate produse cu efecte potenţial periculoase, privându-ne de odihnă, de mişcare, de relaţionare cu cei din jur şi într-o zi ne îmbolnăvim. Medicii lucrează asupra efectelor suferinţelor noastre, terapeuţii încearcă să mai atenueze cumva problemele fără să ne agreseze cu chimicale ori cu alte elemente invazive, dar până la urmă noi singuri înţelegem că trebuie să schimbăm radical ceva din interiorul nostru.

Vindecarea bolii nu va veni peste noapte, aşa cum vrem cu toţii, pentru simplul motiv că răul l-am lăsat să-şi facă în noi culcuş vreme de ani şi ani. Este, să zicem, o revelaţie ce ne poate aduce pe calea benefică spre o viaţă echilibrată şi deci spre sănătate. Dar, din păcate, mult prea rar ori prea târziu ne înfruntăm demonii obişnuinţelor nocive şi păşim spre geana de lumină care ni se oferă privirii lăuntrice...

„Ceaiul" de vinete te scapă de hemoroizi

Nu vom prezenta aici un regim alimentar special pentru combaterea problemelor deopotrivă delicate şi grave cauzate de hemoroizi, însă în discuţie intră totuşi o legumă foarte apreciată la noi - vânăta. Şi încă un amănunt prealabil important: respectiva legumă nu va fi mâncată. Aşadar: luaţi în total 3-4 vinete, pe care le veţi pregăti după cum urmează.

Mai întâi luaţi o vânătă, spălaţi-o bine şi îndepărtaţi-i coada, apoi tăiaţi-o şi pe ea, pe lung, în patru felii. Puneţi-o la fiert în aproximativ 1 litru de apă şi lăsaţi-o să fiarbă până se înmoaie bine bucăţile. Din apa în care a fiert vânăta se bea câte un pahar, de trei ori pe zi. „Ceaiul" de vinete se poate prepara zilnic sau din două în două zile, timp în care ceea ce nu se consumă pe loc se păstrează la frigider.

Cura se ţine 3-5 zile şi important pentru bolnav e că imediat se va simţi ameliorarea bolii. Procedura se repetă însă până la

vindecare. Este bine ca, indiferent dacă pacientul mai resimte simptomele specifice bolii de hemoroizi, în fiecare an (de preferat toamna sau primăvara) să se urmeze o asemenea cură de cei care au probleme.

În mod special, suferinzii care au hemoroizi externi, în afara preparatului recomandat, vor folosi şi bucăţile de vinete fierte, astfel: se pune o bucată de vânătă pe scaun, peste un prosop, şi se stă cu şezutul pe ea timp de 15-20 de minute, astfel ca hemoroizii să vină în contact cu legumă. Atenţie, însă: vânăta trebuie să aibă temperatura camerei, deci să nu fie fierbinte sau caldă!

Remedii naturale

Leacul din solniţă

◆ ***Consumul excesiv de sare generează sau întreţine afecţiuni grave.***

◆ ***Sau, altfel: mâncarea nesărată „nu are gust" şi mai bine nu o consumi.***

Recunoaşteţi, desigur, două tipuri opuse de mentalităţi legate de consumul sării, unul dintre produsele alimentare (de fapt, e vorba despre compuşii săi) fără de care efectiv nu am putea trăi. Trebuie să ştim, totodată, că nu tot ce se numeşte sare prezintă aceleaşi calităţi şi pericole pentru organismul nostru. De aceea, vom vorbi în continuare, în limita spaţiului, despre un anume tip de sare pe care o găsim în ţara noastră, cu trimitere directă la virtuţile ei terapeutice.

Persoanele care suferă de reumatism ştiu că sarea de Bazna e un leac eficient, întrucât ea alină durerile şi, în tratament pe termen lung, sub formă de băi şi comprese, ajută la vindecarea afecţiunii.

Care este secretul acestei sări naturale atât de căutate? Ea este obţinută prin fierberea şi evaporarea apelor minerale foarte bogate în cloruri de sodiu, potasiu, magneziu, calciu, iodură şi bromură de natriu. Bogată în iod şi brom, compoziţia conferă caracterul relaxant al băilor cu astfel de sare.

Bromul este un sedativ al sistemului nervos, participând la reglarea activităţii nervoase. Cel mai frecvent îşi găseşte utilizarea în combaterea insomniilor. Dar calităţile sării de Bazna sunt mult mai complexe, ea fiind recomandată în reumatism, artroză, poliartrită, discopatii, mialgii, hipertiroidie, metroanexită, cervicită ulcero-vegetantă, dar şi în afecţiuni ortopedice, ale sistemului nervos, stări posttraumatice şi chiar în boli ginecologice (inflamaţii cronice ale uterului şi organelor anexe, sterilitate, hipoplazii uterine, nevralgii pelviene, tulburări menstruale).

Sub formă profilactică, cura cu sare de Bazna este indicată persoanelor predispuse la îmbolnăviri ale aparatului locomotor, laxitate ligamentară şi muscolo-articulară, în vederea măririi rezistenţei organismului la aceste boli. Utilizarea sării de Bazna se face sub formă de comprese, cataplasme, băi parţiale şi generale.

Pentru comprese, cataplasme şi băi parţiale se dizolvă 25g de sare într-un litru de apă, iar pentru băi generale sunt necesare 300g de sare la aproximativ 50 litri apă, la temperatura de 36-37ºC, timp de 20-30 minute. Există însă şi contraindicaţii ale acestor proceduri.

Astfel, nu se recomandă să folosească tratament pe bază de sare de Bazna persoanele care suferă de: hipertensiune arterială severă, insuficienţă cardiacă, hepatică şi renală decompensată, neoplazii, boli infecto-contagioase, TBC. (Sarea de Bazna se găseşte în farmacii şi magazine de produse naturale, sub formă de cristale naturale sau în compoziţia unor unguente mentolate.)

LUNI - 20 aprilie

TVR 1

7.00 Telejurnal 9.00 Starea naţiei (r) 9.55 Foc încrucişat (r) 10.50 Teleshopping 11.30 Serial: „Prinţesa săbiilor" 12.30 Impact global (r) 13.00 Germana... la 1 14.00 Telejurnal 15.00 Teleshopping 15.31 Maghiara de pe unu 17.10 Hai-Hui 18.40 Serial (r) 19.45 Sport 19.59 Telejurnal 21.00 Vorbeşte liber! 22.00 Biziday 22.50 Starea naţiei 23.50 Magazin UEFA Champions League 2014-2015 0.25 Film: „Rechini ucigaşi" (SUA, 2012). Cu: Yancy Butler, Patrick Bergin 2.05-5.35 Reluări.

PRO TV

7.00 Ştirile ProTv 10.30 La Măruţă (r) 12.00 Ferma vedetelor (r) 13.00 Ştirile ProTv 14.00 Serial: „Trandafirul negru" (r) 15.00 Serial: „Puterea destinului" (r) 16.00 Lecţii de viaţă 17.00 Ştirile ProTv 17.30 La Măruţă 19.00 Ştirile ProTv 20.30 Ferma vedetelor 22.30 Ştirile ProTv 23.05 Serial: „Lie to me — Psihologia minciunii" 0.00 Serial: „Las Fierbinţi" (r) 1.00 Ferma vedetelor (r) 2.30 Serial: „Flashpoint" 3.30-5.30 Reluări.

ANTENA 1

6.00 Observator 8.00 'Neaza cu Răzvan şi Dani 10.50 În gura presei 11.40 Teleshopping 12.00 Mireasă pentru fiul meu 13.00 Observator 14.00 Mireasă pentru fiul meu 16.00 Observator 17.00 Acces direct 19.00 Observator 20.00 Observator special 20.30 Hell's Kitchen — ladul bucătarilor 23.00 Un Show Păcătos 1.00 Film: „Atacul dinozaurilor" (SUA, 2012). Cu: Steven Brand, Kirsty Mitchell 3.45 Acces direct (r).

PRIMA TV

6.45 Teleshopping 7.15 Sport, dietă şi o vedetă (r) 7.45 Jurnalul STV Junior (r) 8.45 Levintza prezintă (r) 9.30 Teleshopping 10.00 Mama mea gătește mai bine (r) 11.00 Teleshopping 11.30 Mondenii (r) 12.10 Constantin 60 (r) 13.20 Teleshopping 13.50 Casa: construcţie şi design (r) 15.00 Cireaşa de pe tort (r) 16.00 Răzi şi câştigi 16.30 Focus 17.00 Mama mea gătește mai bine 18.00 Focus 19.30 Adevăruri ascunse 20.30 Revendicarea 21.30 Dosarele DNA 22.30 Trăsniţii 23.00 Focus din inima României 23.30 Click! 0.05-6.00 Reluări.

acasă

6.00-8.00 Reluări 9.00 Teleshopping 9.15-11.30 Reluări 14.00 Serial: „Înger sălbatic" 16.00 Serial: „Tânăr şi neliniştit" 17.00 Serial: „Las Bravo" 18.00 Serial: „Trandafirul negru" 19.00 Serial: „Puterea destinului" 20.00 Serial: „Fugara" 22.00 Serial: „Dragoste de viaţă". Cu: Paolla Oliveira 23.00 Serial: „Terra nostra" 0.00 Serial: „Iubire ca în filme" 1.00 Doctorul casei 2.00 Acasă la români 3.00-5.00 Reluări.

TVR 2

7.00 Teleshopping 8.00 Arte, Carte şi Capricii (r) 9.00 Documentar 360º — GEO 10.10 Matinissimo 11.45 Teleshopping 12.10 Film: „Străinul" (r) 14.00 Pescar hoinar (r) 14.30 Cultura minorităţilor 15.00 Telejurnal 16.00 Ieri-Azi-Mâine 17.00 Serial: „Trandafirii sălbatici" 18.00 Telejurnal 19.00 Replay 19.55 Teatru: „Hamlet" de William Shakespeare 22.00 Ora de ştiri 22.55 MomentArt 23.10 Filmul de artă: „Boul" (Suedia, 1991). Cu: Stellan Skarsgard, Ewa Fröling 0.50-6.00 Reluări.

PRO CINEMA

7.30 La Măruţă (r) 9.00 Serial: „La bloc" 12.00 Film: „Excursie cu surprize" (r) 14.00 Film: „Iubit de împrumut" (r) 16.15 Film: „Regina frumuseţii" (r) 18.15 Film: „Sfârşitul aventurii" (SUA, 1955). Cu: Deborah Kerr 20.30 Film: „Îngerii lui Charlie: În goana mare" (SUA, 2003). Cu: Cameron Diaz 22.45 Film: „Aniversare de coşmar" (SUA, 2009). Cu: Julianna Guill, Lauren McKnight 0.30 Film (r) 2.30 Lumea Pro Cinema 3.00 Cine A.M.

MARŢI - 21 aprilie

7.00 Telejurnal matinal 9.00 Starea naţiei (r) 10.00 Biziday (r) 10.50 Teleshopping 11.30 Serial: „Prinţesa săbiilor" 12.30 Tribuna partidelor parlamentare 13.00 EURO polis 14.00 Telejurnal 15.00 Teleshopping 15.31 Maghiara de pe unu 17.10 Plusuri şi minusuri 18.40 Serial (r) 19.45 Sport 19.59 Telejurnal 21.00 Studio UEFA Champions League 2014-2015 21.40 Fotbal. UEFA Champions League 2014-2015 23.50 Starea naţiei 0.30 Rezumatele UEFA Champions League 2014-2015 1.20-5.35 Reluări (r).

7.00 Ştirile ProTv 10.30 La Măruţă (r) 12.00 Ferma vedetelor (r) 13.00 Ştirile ProTv 14.00 Serial (r) 15.00 Serial: „Puterea destinului" (r) 16.00 Lecţii de viaţă 17.00 Ştirile ProTv 17.30 La Măruţă 19.00 Ştirile ProTv 20.30 Ferma vedetelor 22.30 Ştirile ProTv 23.05 Serial: „Lie to me — Psihologia minciunii" 0.00 Serial: „Las Fierbinţi" (r) 1.00 Ferma vedetelor (r) 2.30 Serial: „Flashpoint" 3.30-5.30 Reluări.

6.00 Observator 8.00 'Neaza cu Răzvan şi Dani 10.50 În gura presei 11.40 Teleshopping 12.00 Mireasă pentru fiul meu 13.00 Observator 14.00 Mireasă pentru fiul meu 16.00 Observator 17.00 Acces direct 19.00 Observator 20.00 Observator special 20.30 Hell's Kitchen — ladul bucătarilor 23.00 Un Show Păcătos 1.00 Film: „Soldaţii stelari" (SUA, 2009). Cu: Connor Trinneer, James Kyson 3.00-3.45 Reluări.

6.45 Teleshopping 7.15 Mondenii (r) 8.20 Sănătate cu Stil (r) 8.45 Click! Poftă bună! (r) 9.30 Teleshopping 10.00 Mama mea gătește mai bine (r) 11.00 Teleshopping 11.30 Mondenii 12.10 Adevăruri ascunse (r) 13.20 Teleshopping 13.50 Secrete de Stil (r) 15.00 Cireaşa de pe tort (r) 16.30 Focus 17.00 Mama mea gătește mai bine 18.00 Focus 19.30 Adevăruri ascunse 20.30 Forţa invizibilă 22.30 Trăsniţii 23.00 Focus din inima României 23.30 Click! 0.00-6.00 Reluări.

6.00-8.00 Reluări 9.00 Teleshopping 9.15-11.30 Reluări 13.30 Teleshopping 14.00 Serial: „Înger sălbatic" 16.00 Serial: „Tânăr şi neliniştit" 17.00 Serial: „Las Bravo" 18.00 Serial: „Trandafirul negru" 19.00 Serial: „Puterea destinului" 20.00 Serial: „Fugara" 22.00 Serial: „Dragoste de viaţă" 23.00 Serial: „Terra nostra" 0.00 Serial: „Iubire ca în filme" 1.00 Doctorul casei 2.00 Acasă la români 3.00-5.00 Reluări.

7.00 Teleshopping 8.00 Memorialul durerii (r) 9.00 Documentar 360º — GEO 10.10 Matinissimo 12.10 Teatru: „Hamlet" (r) 14.30 Cultura minorităţilor 15.00 Telejurnal 16.00 Ieri-Azi-Mâine 17.00 Serial: „Trandafirii sălbatici" 18.00 Telejurnal 19.00 Documentar 360º — GEO 20.10 D'ale lu' Mitică (r) 21.00 Destine ca-n filme 22.00 Ora de ştiri 23.10 Serial: „CSI: Crime şi investigaţii" 0.00 Portret Virgil Florida 0.30-6.00 Reluări.

8.00 La Măruţă (r) 9.30 Serial: „La bloc" 12.30 Film: „Vieţi furate" (r., partea I) 14.30 Film: „Vieţi furate" (r., partea a II-a) 16.30 Film: „Bratz" (r) 18.30 Film: „Flirt la 40 de ani" (SUA, 2008). Cu: Heather Locklear, Robert Buckley 20.30 Film: „Furie dezlănţuită 2" (SUA, 1993). Cu: Cynthia Rothrock 22.30 Film: „Rupe-tot" (UK, SUA, 2010). Cu: Aaron Taylor-Johnson, Garrett M. Brown 1.00 Film: „Iubitul meu e zombi" (r) 2.45 Lumea Pro Cinema 3.15 Cine A.M.

MIERCURI - 22 aprilie

7.00 Telejurnal matinal 9.00 Starea naţiei (r) 10.00 Exclusiv în România (r) 10.50 Teleshopping 11.30 Serial: „Prinţesa săbiilor" 12.30 Europa mea (r) 13.00 Fără etichetă 14.00 Telejurnal 15.00 Teleshopping 15.31 Convieţuiri 17.10 Se zice că... 18.40 Serial (r) 19.45 Sport 19.59 Telejurnal 21.00 Vorbeşte liber! 22.00 Biziday 22.50 Starea naţiei 23.50 Film: „Condamnaţi să ucidă" (SUA, 2004). Cu: Ray Liotta, Willem Dafoe 1.40-5.35 Reluări.

7.00 Ştirile ProTv 10.30 La Măruţă (r) 12.00 Ferma vedetelor (r) 13.00 Ştirile ProTv 14.00 Serial: „Trandafirul negru" (r) 15.00 Serial: „Puterea destinului" (r) 16.00 Lecţii de viaţă 17.00 Ştirile ProTv 17.30 La Măruţă 19.00 Ştirile ProTv 20.30 Ferma vedetelor 21.30 Serial: „Las Fierbinţi" 22.30 Ştirile ProTv 23.05 Serial: „Lie to me — Psihologia minciunii" 0.00 Serial: „Tanti Florica" 1.00 Ferma vedetelor (r) 2.00 Serial: „Flashpoint" 3.00-5.30 Reluări.

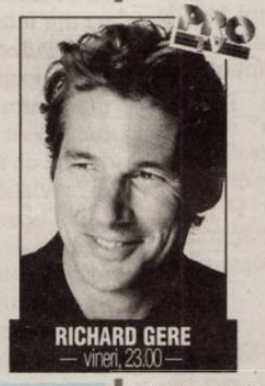
6.00 Observator 8.00 'Neaza cu Răzvan şi Dani 10.50 În gura presei 11.40 Teleshopping 12.00 Mireasă pentru fiul meu 13.00 Observator 14.00 Mireasă pentru fiul meu 16.00 Observator 17.00 Acces direct 19.00 Observator 20.00 Observator special 20.30 Film: „Pumni de oţel" (SUA, 2011). Cu: Hugh Jackman, Dakota Goyo 23.00 Un Show Păcătos 1.00-3.45 Reluări.

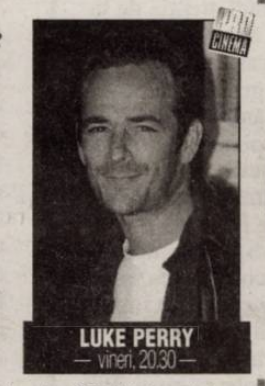
6.45 Teleshopping 7.15 Mondenii (r) 8.45 Casa: construcţie şi design 9.30 Teleshopping 10.00 Mama mea gătește mai bine (r) 11.00 Teleshopping 11.30 Mondenii 12.10 Adevăruri ascunse (r) 13.20 Teleshopping 13.50 Levintza prezintă (r) 14.30 Teleshopping 15.00 Cireaşa de pe tort (r) 16.30 Focus 17.00 Mama mea gătește mai bine 18.00 Focus 19.30 Adevăruri ascunse 20.30 Cronica Cârcotaşilor 22.30 Trăsniţii 23.00 Focus din inima României 23.30 Click! 0.00-6.00 Reluări.

6.00-8.00 Reluări 9.00 Teleshopping 9.15-11.30 Reluări 13.30 Teleshopping 14.00 Serial: „Înger sălbatic" 16.00 Serial: „Tânăr şi neliniştit" 17.00 Serial: „Las Bravo" 18.00 Serial: „Trandafirul negru" 19.00 Serial: „Puterea destinului" 20.00 Serial: „Fugara" 22.00 Serial: „Dragoste de viaţă" 23.00 Serial: „Terra nostra" 0.00 Serial: „Iubire ca în filme" 1.00 Doctorul casei 2.00 Acasă la români 3.00-5.00 Reluări.

7.00 Teleshopping 8.00 Mic dejun cu un campion (r) 9.00 Documentar 360º — GEO (r) 10.10 Matinissimo 12.10 Destine ca-n filme (r) 13.00 D'ale lu' Mitică (r) 14.00 Portret Virgil Florida (r) 14.30 Cultura minorităţilor 15.00 Telejurnal 16.00 Ieri-Azi-Mâine 17.00 Serial: „Trandafirii sălbatici" 18.00 Telejurnal 19.00 Documentar 360º — GEO (r) 20.10 Telecinemateca: „Ferma suspiciunilor" (Franţa, 1973). Cu: Alain Delon, Simone Signore 22.00 Ora de ştiri 23.10 Serial: „CSI: Crime şi investigaţii" 0.00 Festivalul Internaţional de Teatru de la Sibiu 0.30-6.00 Reluări.

7.15 La Măruţă (r) 8.45 Serial: „La bloc" 11.45 Film: „Excursie cu surprize" (r) 16.00 Film: „Doi băieţi şi multe fete" (SUA, 1997) 18.30 Film: „Dovada vie" (SUA, 2008). Cu: Harry Connick Jr, Tammy Blanchard 20.30 Film: „Evoluţie" (SUA, 2001). Cu: David Duchovny, Julianne Moore 22.45 Film: „O noapte de teroare" (coprod., 2008). Cu: Kim Basinger, Lukas Haas 0.30 Film: „Evoluţie" (r) 2.30 Lumea Pro Cinema 3.00 Cine A.M.





„MAGAZIN" nu răspunde de modificările efectuate ulterior de către posturile de televiziune

JOI - 23 aprilie

7.00 Telejurnal matinal 9.00 Starea naţiei (r) 10.00 Biziday (r) 10.50 Teleshopping 11.30 Serial: „Prinţesa săbiilor" 12.30 Tribuna partidelor parlamentare 13.00 De joi până joi 14.00 Telejurnal 15.00 Teleshopping 15.31 Akzente 17.00 Interes general 18.00 Lozul cel mare 18.40 Serial (r) 19.45 Sport 19.59 Telejurnal 21.00 Vorbeşte liber! 22.00 Biziday 22.50 Starea naţiei 23.50 Film: „O călătorie de pomină" (M. Britanie, 2009). Cu: Edward Hogg, Simon Farnaby 1.40-5.35 Reluări.

7.00 Ştirile ProTv 10.30 La Măruţă (r) 12.00 Ferma vedetelor (r) 13.00 Ştirile ProTv 14.00 Serial: „Trandafirul negru" (r) 15.00 Serial: „Puterea destinului" (r) 16.00 Lecţii de viaţă 17.00 Ştirile ProTv 17.30 La Măruţă 19.00 Ştirile ProTv 20.30 Ferma vedetelor 21.30 Serial: „Las Fierbinţi" 22.30 Ştirile ProTv 23.05 Serial: „Lie to me — Psihologia minciunii" 0.00 Serial: „Tanti Florica" 1.00 Ferma vedetelor (r) 2.00 Serial: „Flashpoint" 3.00-5.30 Reluări.

6.00 Observator 8.00 'Neaza cu Răzvan şi Dani 10.50 În gura presei 11.40 Teleshopping 12.00 Mireasă pentru fiul meu 13.00 Observator 14.00 Mireasă pentru fiul meu 16.00 Observator 17.00 Acces direct 19.00 Observator 20.00 Observator special 20.30 Next Star 23.00 Un Show Păcătos 1.00 Film: „Aventurile tânărului Hercule" (SUA, 1998). Cu: Ryan Gosling, Chris Conrad, Ian Bohen 3.45 Acces direct (r).

6.45 Teleshopping 7.15 Revendicarea (r) 8.20 Amintiri din viitor (r) 9.30 Teleshopping 10.00 Mama mea gătește mai bine (r) 11.00 Teleshopping 11.30 Mondenii 12.10 Adevăruri ascunse (r) 13.20 Teleshopping 13.50 Jurnalul STV Junior (r) 14.30 Teleshopping 15.00 Cireaşa de pe tort (r) 16.30 Focus 17.00 Mama mea gătește mai bine 18.00 Focus 19.30 Cireaşa de pe tort 20.30 Curat, Murdar? 21.30 Apel de urgenţă 22.30 Trăsniţii 23.00 Focus din inima României 23.30 Click! 0.00-6.00 Reluări.

6.00-8.00 Reluări 9.00 Teleshopping 9.15-11.30 Reluări 13.30 Teleshopping 14.00 Serial: „Înger sălbatic" 16.00 Serial: „Tânăr şi neliniştit" 17.00 Serial: „Las Bravo" 18.00 Serial: „Trandafirul negru" 19.00 Serial: „Puterea destinului" 20.00 Serial: „Fugara" 22.00 Serial: „Dragoste de viaţă" 23.00 Serial: „Terra nostra" 0.00 Serial: „Iubire ca în filme" 1.00 Doctorul casei 2.00 Acasă la români 3.00-5.00 Reluări.

7.00 Teleshopping 8.00 Mituri muzicale româneşti (r) 9.00 Documentar 360º — GEO (r) 10.10 Matinissimo 11.45 Teleshopping 12.10 Ferma (r) 13.00 Drumul lui Leşe (r) 14.00 Arca lui Noe (r) 14.30 Cultura minorităţilor 15.00 Telejurnal 16.00 Ieri-Azi-Mâine 17.00 Serial: „Trandafirii sălbatici" 18.00 Telejurnal 19.00 Documentar 360º — GEO 20.10 Film: „Cold Spring" (SUA, 2013). Cu: Natasha Henstridge, Sean Patrick Flanery 22.00 Ora de ştiri 23.10 Serial: „CSI: Crime şi investigaţii" 0.30-6.00 Reluări.

7.15 La Măruţă (r) 8.45 Serial: „La bloc" 11.15 Film: „Iubit de împrumut" (r) 13.45 Film: „Sfârşitul aventurii" (r) 16.00 Film: „Evoluţie" (r) 18.30 Film: „Dovada vie" (SUA, 2008). Cu: Harry Connick Jr, Tammy Blanchard 20.30 Film: „Furia zăpezii" (coprod., 2004). Cu: Andrew Lee Potts, Adam Croasdell 22.30 Film: „Ucis nevinovat" (SUA, 1996). Cu: Brett Albanese, Phyllis Alia, Loyce Arthur 0.15 Film: „Furia zăpezii" (r) 2.00 Lumea Pro Cinema 2.30 Cine A.M.

VINERI - 24 aprilie

7.00 Telejurnal matinal 9.00 Starea naţiei (r) 10.00 Biziday (r) 10.50 Teleshopping 11.30 Serial: „Prinţesa săbiilor" 12.30 Tribuna partidelor parlamentare 13.00 Adevăruri despre trecut (r) 13.30 M.A.I. aproape de tine 14.00 Telejurnal 15.00 Teleshopping 15.30 Oameni ca noi 16.00 Parlamentul României 17.00 Maşini, teste şi verdicte 17.30 Prin Ţara zânelor (r) 18.00 În culisele energiei 18.40 Serial (r) 19.45 Sport 19.59 Telejurnal 21.10 O dată-n viaţă 23.30 Anchetele comisarului Antonescu 0.00 Nocturne 1.00 Serial: „Escroci de treabă" 2.40-5.35 Reluări.

7.00 Ştirile ProTv 10.30 La Măruţă (r) 12.00 Ferma vedetelor (r) 13.00 Ştirile ProTv 14.00 Serial: „Trandafirul negru" (r) 15.00 Serial: „Puterea destinului" (r) 16.00 Lecţii de viaţă 17.00 Ştirile ProTv 17.30 La Măruţă 19.00 Ştirile ProTv 20.30 Românii au talent 23.00 Film: „Poliţişti în Brooklyn" (SUA, 2009). Cu: Richard Gere, Don Cheadle 1.45-5.00 Reluări.

6.00 Observator 8.00 'Neaza cu Răzvan şi Dani 10.50 În gura presei 11.40 Teleshopping 12.00 Mireasă pentru fiul meu 13.00 Observator 14.00 Mireasă pentru fiul meu 16.00 Observator 17.00 Acces direct 19.00 Observator 20.00 Observator special 20.30 Film: „Fortăreaţa" (SUA, 1996). Cu: Nicolas Cage, Sean Connery, Ed Harris 23.15 Film: „Puşcaşi marini" (SUA, 2005) 2.00 Hell's Kitchen — ladul bucătarilor (r) 4.00 Acces direct (r).

6.45 Teleshopping 7.15 Dosarele DNA (r) 8.20 Mondenii (r) 8.45 Secrete de Stil (r) 9.30 Teleshopping 10.00 Mama mea gătește mai bine (r) 11.00 Teleshopping 11.30 Mondenii 12.10 Revendicarea (r) 13.20 Teleshopping 13.50 Sport, vedetă şi o vedetă 14.30 Teleshopping 15.00 Trăsniţii (r) 15.30 Răzi şi câştigi 16.30 Focus 17.00 Mama mea gătește mai bine 18.00 Focus 19.30 Cireaşa de pe tort 20.30 Film: „Ţicăloşii" (România, 2007). Cu: Ştefan Iordache, Horaţiu Mălăele, Dorel Vişan 22.30-6.00 Reluări.

6.00-8.00 Reluări 9.00 Teleshopping 9.15-11.30 Reluări 13.30 Teleshopping 14.00 Serial: „Înger sălbatic" 16.00 Serial: „Tânăr şi neliniştit" 17.00 Serial: „Las Bravo" 18.00 Serial: „Trandafirul negru" 19.00 Serial: „Puterea destinului" 20.00 Serial: „Fugara" 22.00 Serial: „Dragoste de viaţă" 23.00 Serial: „Terra nostra" 0.00 Serial: „Iubire ca în filme" 1.00 Doctorul casei 2.00 Acasă la români 3.00-5.00 Reluări.

7.00 Teleshopping 8.00 Drumul lui Leşe (r) 9.00 Documentar 360º — GEO (r) 10.10 Matinissimo 11.45 Teleshopping 12.10 Memorialul durerii (r) 13.00 Arte, Carte şi Capricii (r) 14.00 Doc.: „România în anii celui De-Al Doilea Război Mondial" (r) 14.30 Cultura minorităţilor 15.00 Telejurnal 16.00 Ieri-Azi-Mâine 17.00 Serial: „Black Harbour" (ep.1) 18.00 Telejurnal 19.00 Documentar 360º — GEO 20.10 Film: „Serrallonga" (Spania, 2008, partea I) 22.00 Ora de ştiri 23.10 Film: „Viţiile lui Truddi" (partea a II-a) 2.50 Film: „Poloneza" (Olanda, 1989) 2.20-6.00 Reluări.

7.30 La Măruţă (r) 9.00 Serial: „La bloc" 12.00 Film: „Sfârşitul aventurii" (r) 14.30 Film: „Flirt la 40 de ani" (r) 16.30 Film: „Furia zăpezii" (r) 18.30 Film: „Răsfăţatii Americii" (SUA, 2001). Cu: Julia Roberts, Billy Cristal 20.30 Film: „Un alibi perfect" (SUA, 1998). Cu: Luke Perry, Richard Rosenberg 22.30 Film d.a.: „Jocul răzbunării" (coprod., 2011) 0.30 Film: „Un alibi perfect" (r) 2.30 Lumea Pro Cinema 3.00 Cine A.M.

SÂMBĂTĂ - 25 aprilie

7.00 În grădina Danei (r) 7.30 Serial: „Prietenie cu năbădăi" 8.00 Film: „Mississippi " (SUA, 1935) 9.30 Maşini, teste şi verdicte (r) 10.00 Zon@ 10.30 Europa mea 11.10 O dată-n viaţă (r) 13.30 Impact global 14.00 Telejurnal 14.30 Vreau să fiu sănătos! 15.00 Ora regelui 16.30 Dosar România (r) 17.00 Film: „Patinoarul" (SUA, 1916) 18.00 Exclusiv în România 18.50 Teleenciclopedia 19.45 Sport 20.00 Telejurnal 21.00 Gala umorului 22.00 Eurovision — Drumul spre Viena 22.30 Profesioniştii 23.30 Film: „A noua poartă" (coprod., 1999). Cu: Johnny Depp, Frank Langella 1.45-5.35 Reluări.

6.00 Serial: „Înapoi la fermă" 7.00 Ştirile Pro Tv 10.00 I like IT 10.30 Ce se întâmplă, doctore? 11.00 Film: „Un cătel în cupele europene" (SUA, 2004). Cu: Nick Moran, Jake Thomas 13.00 Ştirile Pro Tv 13.05 Serial: „Toate pânzele sus" 14.15 Film: „John Tucker trebuie să moară" (coprod., 2006) 16.15 Românii au talent (r) 19.00 Ştirile Pro Tv 20.30 Film: „Întâlnire cu surprize" (SUA, 2010) 22.05 Ferma vedetelor 0.15-4.30 Reluări.

6.00 Observator 9.00 Film: „Regele Ralph" (SUA, 1991) 11.00 Film: „Notthing Hill" (SUA, 1999) 13.00 Observator 14.00 Mireasă pentru fiul meu 16.00 Observator 17.00 Mireasă pentru fiul meu 19.00 Observator 20.00 Star News 20.30 Te cunosc de undeva! 0.00 Hell's Kitchen — ladul bucătarilor (r) 2.30 Film (r) 3.15 Observator (r) 4.15 Film (r) 5.15 Desene animate: „Ciocănitoarea Woody".

7.00 Teleshopping (r) 7.30 Răzi şi câştigi (r) 9.30 Teleshopping 10.00 Jurnalul STV Junior 10.30 Click! Poftă bună! 11.00 Adevăruri ascunse (r) 13.00 Curat, Murdar? (r) 14.00 Film (r) 16.00 Schimb de mame (r) 18.00 Focus 19.00 Răzi şi câştigi 19.30 Cireaşa de pe tort 20.30 Film: „Fii pe faţă şi raportează!" (SUA, 2009). Cu: Seth Rogen, Anna Faris 22.30 Film: „Brigada tigrilor" (Franţa, 2006). Cu: Clovis Cornillac, Diane Kruger 1.00-6.30 Reluări.

6.00-7.45 Reluări 8.45 Teleshopping 9.15-11.30 Reluări 13.30 Teleshopping 14.00 Serial: „Înger sălbatic" 16.00 Dezvăluiri din lumea telenovelelor 17.00 Serial: „Las Bravo" 18.00 Serial: „Regina inimilor" 20.00 Serial: „Fugara" 22.00 Serial: „Dragoste de viaţă" 23.00 Serial: „Terra nostra" 0.00 Serial: „Iubire ca în filme" 1.00 Doctorul casei 2.00 Acasă la români 3.00-5.00 Reluări.

7.00 Cartea cea de toate zilele (r) 7.15 Teleshopping 8.00 A doua emigrare (r) 8.30 Europa 360º (r) 9.00 Mic dejun cu un campion 10.00 Doc.: „România în anii celui De-Al Doilea Război Mondial" 10.30 Arca lui Noe 11.00 Rugby: CSA Steaua — CS Ştiinţa CSM Baia Mare 13.00 Popasuri folclorice 14.10 Film: „Racheta lui Homer" (SUA, 1999) 16.00 Memorialul durerii 17.00 Mituri muzicale româneşti 18.00 Telejurnal 18.30 5 x 5 minute de istorie 19.00 Arte, carte şi capricii 20.10 Film: „Serrallonga" (partea a II-a) 22.10 Film: „Mongolul" (coprod., 2007) 0.20-6.00 Reluări.

7.30 La Măruţă (r) 9.00 Serial: „La bloc" 12.00 Film: „Flirt la 40 de ani" (r) 14.00 Film: „Răsfăţatii Americii" (r) 16.00 Film: „Minţi diabolice" (r) 18.30 Doc.: „Căile Domnului" 20.30 Film: „Amintiri din Epoca de Aur 2 — Dragoste în timpul liber" (România, 2009). Cu: Diana Cavallioti, Radu Iacoban 22.00 Film: „În ceaţă" (coprod., 2012). Cu: Vladimir Svirskiy, Vladislav Abashin 0.45 Film (r) 2.15 Lumea Pro Cinema 2.45 Cine A.M.

DUMINICĂ - 26 aprilie

7.00 Vreau să fiu sănătos! 7.30 Universul credinţei 9.30 Pro Patria 10.00 În grădina Danei 10.35 Viaţa satului 13.00 Foc încrucişat 14.00 Telejurnal 14.30 Adevăruri despre trecut 15.00 Politică şi delicateţuri cu Mircea Dinescu 16.00 Tezaur folcloric 17.00 Gala umorului (r) 18.00 Lozul cel mare 18.45 Dosar România 19.45 Sport 20.00 Telejurnal 21.10 Gala Salvaţi copiii 23.00 Starea naţiei — Best of 0.00 Garantat 100% 1.00 Serial: „Escroci de treabă" 2.35-5.35 Reluări.

6.00 Serial: „Înapoi la fermă" 6.30 Serial: „Pinguinii din Madagascar" (ep.1) 7.00 Ştirile Pro Tv 10.00 După 20 de ani 11.00 Film (r) 13.00 Ştirile Pro Tv 13.05 Apropo Tv 14.00 Film: „Admis pe pile" (SUA, 2013) 16.00 Film: „Amnezie cu surprize" (SUA, 1987) 18.00 România, te iubesc! 19.00 Ştirile Pro Tv 20.30 Film: „Fură şi fugi" (SUA, 2010). Cu: Paul Walker 22.45 Film: „Paranoia" (coprod., 2013). Cu: Liam Hemsworth, Gary Oldman 1.00-5.30 Reluări.

6.00 Observator 9.00 Serial: „Lassie" 9.30 Te cunosc de undeva! (r) 13.00 Observator 13.15 Next Star (r) 16.00 Observator 16.15 SuperBingo Metropolis 19.00 Observator 20.00 Star News 20.30 Insula iubirii 22.30 Film: „Blitz" (M. Britanie, 2011). Cu: Jason Statham, Aidan Gillen, Paddy Considine 0.30 Insula iubirii (r) 2.30 Observator (r) 3.15 Serial (r) 3.45 Film (r).

7.00 Teleshopping 7.30 Trăsniţii (r) 8.45 Casa: construcţie şi design 9.20 Teleshopping 10.00 Sănătate cu Stil 10.30 Secrete de Stil 11.00 Levintza prezintă 11.30 Amintiri din viitor 12.30 Playtech 13.45 Film: „Miss litoral" (România, 1990). Cu: Jean Constantin, Mitica Popescu 16.00 Cronica Cârcotaşilor (r) 18.00 Focus 19.00 Răzi şi câştigi 19.30 Cireaşa de pe tort 20.30 Schimb de mame 22.30 Constantin 60 23.30-6.00 Reluări.

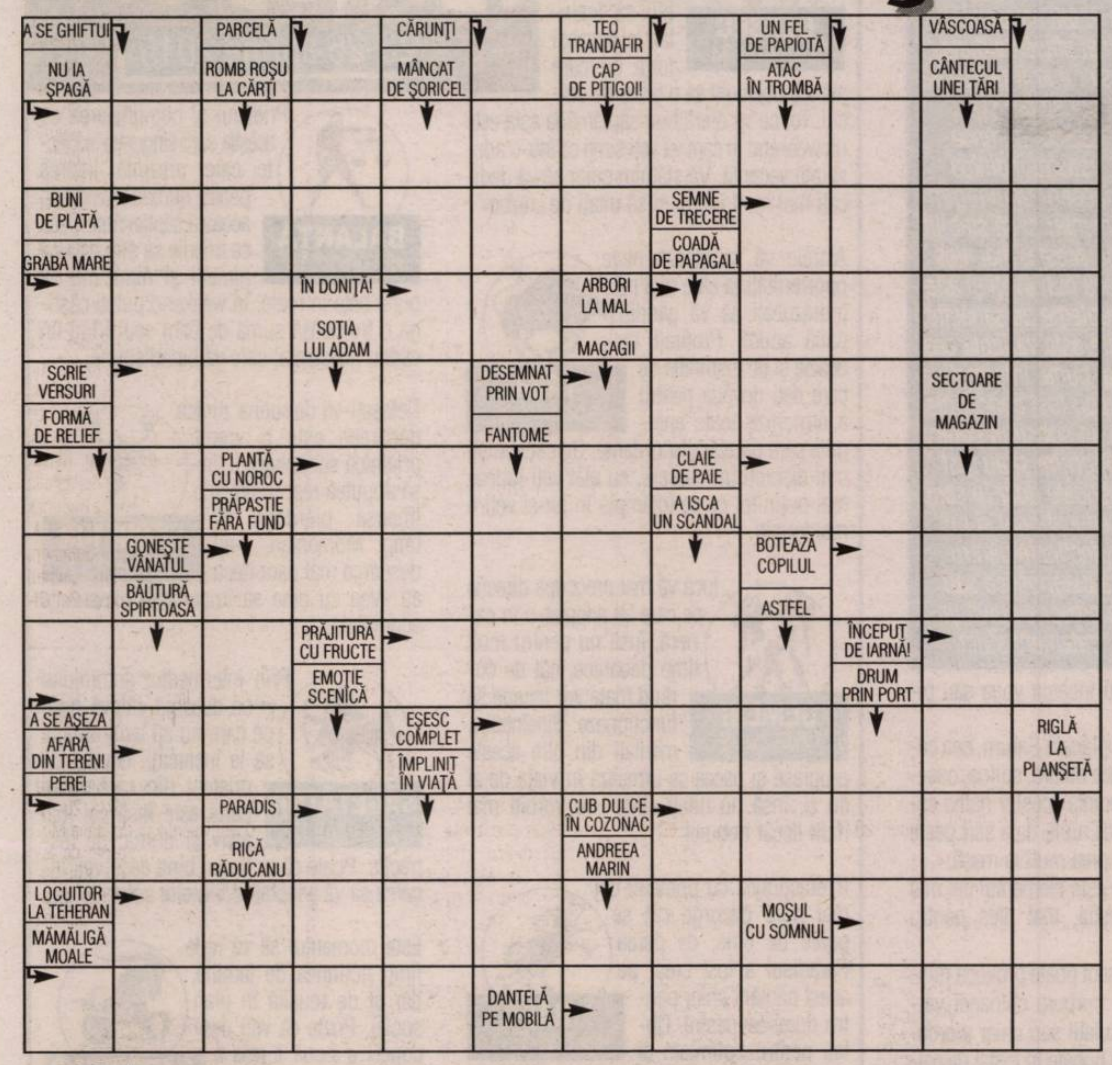
6.00-7.45 Reluări 8.45 Teleshopping 9.15-11.30 Reluări 13.30 Teleshopping 14.00 Serial: „Înger sălbatic" 16.00 Dezvăluiri din lumea telenovelelor 17.00 Serial: „Las Bravo" 18.00 Serial: „Regina inimilor" 20.00 Serial: „Fugara" 22.00 Serial: „Dragoste de viaţă" 23.00 Serial: „Teen Mom" 0.00 Serial: „Iubire ca în filme" 1.00 Doctorul casei 2.00 Acasă la români 3.00-5.00 Reluări.

7.00 Cartea cea de toate zilele (r) 7.15 Teleshopping 8.00 Popasuri folclorice (r) 9.00 Ferma 10.00 Pescar hoinar 10.30 Serial: „Viaţa cu Derek" 11.30 Motomagia 12.00 Cap Compas 12.30 A doua emigrare 13.00 Natură şi aventură 14.10 Film: „Străinul" (partea a II-a) 16.00 Festivalul Internaţional de Circ de la Massy 17.00 D'ale lu' Mitică 18.00 Telejurnal 18.30 Drumul lui Leşe 19.30 Europa 360º 20.10 Film: „Castelul din Carpaţi" (România, 1981). Cu: Cornel Ciupercescu, Maria Bănică 22.10 Film: „Morgen" (România, 2010) 0.00-6.00 Reluări.

8.00 Doamne de poveste 8.45 Serial: „La bloc" 10.15 Doamne de poveste (r) 11.45 Film: „Minţi diabolice" (r) 16.15 Doc.: „Căile Domnului" (r) 16.00 Film: „Dovada vie" (r) 18.15 Film: „Mama mea vitregă extraterestră" (SUA, 1988). Cu: Dan Aykroyd, Kim Basinger 20.30 Film: „Jumanji" (SUA, 1995). Cu: Robin Williams 22.30 Film: „Masacrul din Texas: Generaţia următoare" (SUA, 1994) 0.15 Film: „Jumanji" (r) 2.15 Lumea Pro Cinema 2.45 Cine A.M.

EXPLICAŢII

Integramă de **M. ALBU**



Verificaţi-vă cunoştinţele!

Faraoni

1. Ce era un faraon?
2. Care a fost cel mai longeviv faraon?
3. Ce faraon a început construcţia piramidelor?
4. Cine a descoperit în 1922, mormântul faraonului Tutankhamon?
5. Cine a compus muzica baletului „Fiica faraonului" al cărui libret a fost realizat după o operă de Teophile Gautier?
6. Cine a scris nuvela fantastică „Avatariile faraonului Tla"?
7. Cine a realizat, în 1966, filmul polonez „Faraonul"?

Răspunsurile pentru numărul trecut

1) În momentul morţii Mântuitorului, pământul s-a cutremurat, catapeteasma templului a fost sfâşiată şi cerul s-a întunecat complet în plină zi. Oamenii de ştiinţă presupun că ar fi fost o eclipsă de Soare. 2) Sutaşul care l-a împuns pe Iisus cu sulița în coastă pentru a se încredința că este mort se numea Longhin. După ce s-a convins că Iisus este cel care a fost cu adevărat fiul Domnului, a ieşit din armată, s-a dedicat propovăduirii Evangheliei şi a avut o moarte martirică. 3) Iosif şi Nicodim, ajutaţi de mai multe femei au coborât de pe cruce trupul Mântuitorului. 4) Cei doi apostoli care s-au întâlnit cu Iisus în drum spe Emaus se numeau Luca şi Cleopa. 5) Compoziţiile religioase „Purtarea crucii" şi „Răstignirea" poartă semnătura lui Jacopo Robusti zis Tintoretto. 6) Ciclul de povestiri „Martorii Patimilor" aparţine lui Giovanni Papini. 7) Muzica operei „O făclie de Paşti" a fost compusă de Alexandru Zirra (1883-1946).

◆ **5 răspunsuri corecte:** *Ioana Costea*, Piteşti; *Ilinca Stănescu*, Ploieşti; *Cristina Sorescu* şi *Bogdan Suciu*, Timişoara; *Cristian Vasilescu*, Arad; Doru Vasilescu, Iaşi; *Ionel Petrescu* şi *Cristian Zamfirescu*, Bucureşti.

✉ ***VIORICA SIMIONESCU, Arad.*** Am mai tratat subiectul în rubrică dar vom reveni. De altfel, folosirea incorectă a lui „decât" este tot mai frecventă în ciuda tuturor intervenţiilor dfin presă. Şi pe noi ne supără — şi încă rău de tot — aşa că vom ţine cont de sugestia dumneavoastră.

✉ ***DORU VASILESCU, Iaşi.*** Vă mulţumim pentru aprecieri. Aşteptăm propunerile pe care ni le-aţi promis.

✉ ***NICOLAE CAZACOVSCHI, Bacău.*** Vom încerca să vă răspundem în numerele viitoare. Am început să ne documentăm. Vă mulţumim pentru aprecieri şi încredere.

Vă dorim tuturor o primăvară frumoasă, plină de realizări şi mult succes în rezolvarea răspunsurilor din rubrică. *(IRINA STOICA)*

Poşta cititorilor

Pentru întrebările la tema „Leul" am primit:

◆ **7 răspunsuri corecte:** *Florentina Gorea*, Topliţa; *Mioara Popa*, Iaşi; *Elena Ispas*, Piatra Neamţ; *Monica Vlad*, Timişoara; *Corina Simion*, Sibiu; *Cristina Popescu*, Arad; *Luminiţa Popescu*, Bucureşti; *Ing. Ion Ciocşan*, Pucioasa; *Ing. Mihai Călcăianu* şi *Ing. Ion Cozma*, Adjud; *Ing. Silviu Iagada*, Turnu Măgurele; *Gheorghe Enache*, Galaţi; *Prof. Ion Cioran*, Slobozia; *Prof. Aurel Mincic*, Beiuş-Bihor; *Prof. Marin Ştefan*, Şimleul Silvaniei şi *Mihai Waspusch*, Bucureşti.

◆ **6 răspunsuri corecte:** *Daniela Nicolae*, Iaşi; *Corina Mateescu*, Ploieşti; *Ileana Popa*, Baia Mare; *Viorica Simionescu*, Arad; *Ana Ioan*, Brăila; *Cristina Rusu*, Constanţa; *Codruţa Mateescu*, Bacău; *Gheorghe Ionescu*, Ploieşti; *Matei Bărbulescu* şi *Florin Matescu*, Iaşi; *Dan Voicu*, Turnu Măgurele şi *Radu-Andrei Ciobanu*, Bucureşti.

Sfaturi practice

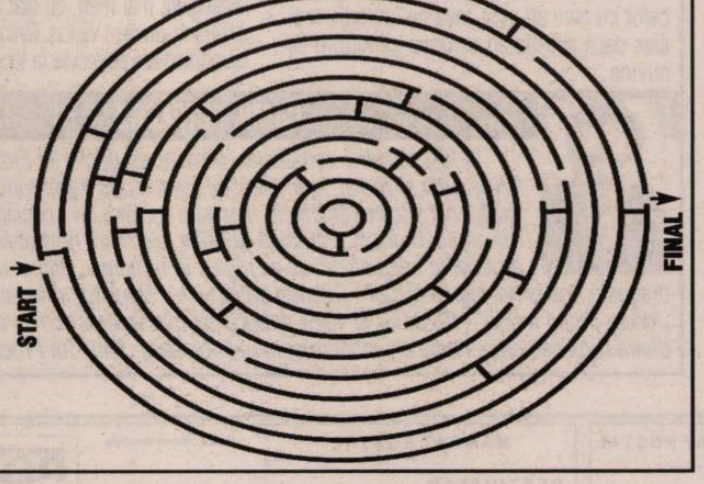
Plantele din bucătărie

Dacă vrem ca plantele crescute în bucătărie să se dezvolte armonios trebuie să ţinem cont de câteva sfaturi:

- în timpul toamnei şi iernii temperatura nu trebuie să scadă sub 10 grade Celsius;
- primăvara şi vara, ideal ar fi menţinerea unei temperaturi de 22-24 grade Celsius;
- datorită gătitului se produce o supraîncălzire a temperaturii şi aerisirea nu trebuie făcută forţat şi prelungit;
- plantele de apartament au nevoie de o umiditate ridicată, adică trebuie pulverizată apă, deoarece aerul poate deveni uscat;
- nu aşezăm niciodată plantele direct în curent;
- fertilizarea solului se face o dată la 2 săptămâni, dar numai primavara şi vara. *(D.M.)*

PERSPICACITATE

Încercaţi să rezolvaţi labirintul.



SOLUŢIA INTEGRAMEI „PREFERINŢE": *D - S - A - D - M - F - DISCIPLINATI - CLANTE - OSOS - CT - UTILITATI - IONI - INEC - E - AER - MOTO - RAR - P - EMITATOARE - AI - UDE - AURI - RURALA - TEPI - MIRE - ALGE - AD - SN - TRIA - ITE - BIATA - AZURIE.*

Umor

☺ *Într-o zi se plimba iepuraşul prin pădure şi se întâlneşte cu vulpea.*

— Bună, ce mai faci, iepuraşule?

— O, bine, vulpeo, mă simt excelent, sunt într-o formă grozavă, dacă mă întâlnesc cu ursul, îi dau câteva labe de-l nenorocesc, praf îl fac.

— Extraordinar.

Mai merge el ceva, se întâlneşte cu lupul.

— Cum o mai duci, iepuraşule?

— Nemaipomenit, mă simt excelent, sunt într-o formă grozavă, dacă mă întâlnesc cu ursul, îi dau câteva labe de-l nenorocesc, praf îl fac.

— Uluitor.

Mai merge cât mai merge, iată că vine chiar ursul.

— Hai salut, iepuraşule, am auzit că-ţi merge nemaipomenit, ce mai faci?

— Ce să fac, nene ursule, iaca, mă plimb şi eu prin pădure şi vorbesc prostii...

☺ *Doi bărbaţi mergeau pe stradă. La un moment dat văd un puşti fumând şi-l iau la întrebări:*

— În ce clasă eşti, măi?

— În clasa a II-a.

Unul din ei începe să-l certe, la care celălalt îi spune:

— Ce-ai cu el? Tu în clasa a II-a nu fumai?

— Ba da, dar eu aveam 18 ani.

CRONICA TV

Ospeţe „regeşti"

Îmi închipui ce entuziastă este echipa care realizează emisiunea *Pescar hoinar* (TVR1) din momentul în care cele 3 jeepuri ies pe poartă. Ce aventuri îi aşteaptă, ce mediu feeric, ce mese copioase! Recent au ajuns la Crişan, pe malul Braţului Sulina, la o partidă de pescuit scrumbii. N-au aruncat ei plasa din barcă, ci doi localnici, vâslind pe o distanţă de aproximativ 1 kilometru.

După care au strâns-o, încetul cu încetul, au recoltat 20-25 de scrumbii, fiecare având o greutate de aproximativ 500 de grame. Pescarul „şef" afirmase că în fiecare zi a prins vreo 25 de peşti. Este de la sine înţeles că într-o zi a aruncat de mai multe ori plasa, numărul capturilor fiind, teoretic, de câtreva sute. A ascuns acest lucru, probabil pentru a „respecta" legislaţia privind cota maximă admisă ori pentru a nu lăsa impresia unui „jaf", specia, deosebit de preţioasă (gustoasă), fiind rară.

Odată încheiată partida de pescuit demonstrativă, echipa a tras la mal, într-o pensiune unde urma o altă demonstraţie, de astă dată culinară.

Trecem la masă? Trecem! O bucătăreasă vioaie ca o vrăbiuţă, a pregătit o sara-

mură clasică şi un sos de usturoi în care a îmbăiat câteva bucăţi mari de peşte. O mare frustrare pentru telespectatori! Aventura a continuat a doua zi, echipa televiziunii însoţită de o călăuză, deplasându-se prin canale spre Mila 23 (celebră în Deltă).

Un excelent prilej de a ne oferi imagini captivante din sălbăticia apelor şi a ţărmurilor, cu păsări, vegetale, copaci căzuţi în canale, păduri şi grinduri inundate. Următoarea escală a fost făcută tot la o pensiune. S-a gătit însă în curte, de această dată un borş de peşte fiert într-un ceaun atârnat deasupra jarului.

Bucătăreasa a lăsat să fiarbă vreme de o jumătate de oră bucăţi mari de peşte, pentru gust, a strecurat zeama şi, stupoare!, peştii au fost aruncaţi pentru hrana păsărilor. În zeama scursă repusă în ceaun au fiert legumele şi vreo 3 kilograme de şalău, somn, crap... 15 minute, se ştie. Conform tradiţiei locale, peştii au fost puşi pe o tavă, însoţiţi de un bol cu mujdei-cremă iar zeama în străchini.

Niciodată nu putem prepara un astfel de borş în casă, chiar dacă umplem oala cu diverse specii de peşti de Dunăre, pentru că ne lipseşte ceva esenţial: apa (filtrată) din canalele Deltei, cea care dă o savoare specială borşului.

(Dorin Măran)

Dieta fiecărei zodii 5

SĂGETĂTOR

Caracteristici: Sunteţi, de obicei, iubitori ai sportului şi din acest motiv se impune ca pe tot parcursul vieţii să faceţi mişcare. Este o condiţie primordială pentru a vă menţine în formă şi a vă bucura de un tonus bun al psihicului. Nimic nu vă poate răpi simţul umorului.

Se pare că veţi acumula destule kilograme, mai ales în zona şoldurilor şi a coapselor, şi datorită dorinţei de a consuma tot mai multe feluri de mâncare şi mai ales sosuri, cărnuri grase sau alune. Bine ar fi să faceţi cât mai multă mişcare în aer liber, fie că mergeţi în drumeţii mai scurte, excursii pe munte sau practicaţi vreun sport.

Sfatul zodiei: *Vi se potriveşte dieta Fat Flush!*

Fiecare semn zodiacal are o anumită parte a trupului căruia îi aparţine. Berbecul, primul semn, „deţine" capul, Taurul guvernează gâtul, Peştii, ultimul semn zodiacal, au în stăpânire picioarele, iar Săgetătorii deţin „jurisdicţia" asupra coapselor şi şoldurilor, ceea ce face ca această dietă să fie ideală pentru ei. Dieta Fat Flush a fost creată de nutriţionista Anne Louise Gittleman în 1988 şi se bazează mai ales pe debarasarea grăsimii de pe şolduri, coapse şi talie în doar două săptămâni.

În această cură se pune accentul pe reducerea retenţiei de apă care ajută la scăderea în greutate şi pe curăţarea ficatului de toxine. Se acceptă consumul de proteine precum cele din carne, ouă şi peşte, consumul de carbohidraţi benefici organismului şi a grăsimilor bogate în Omega-3, ca de exemplu, uleiul de in. Sunt permise şi condimentele, precum cele din boiaua de ardei, scorţişoara sau ghimbirul.

Zone sensibile: şoldurile, coapsele, tiroida, bazinul.

Activitatea fizică este pentru dumneavoastră o necesitate. Deşi, de obicei sunteţi supli la tinereţe, pe măsură ce îmbătrâniţi aveţi tendinţa de a acumula kilogramele. Cu timpul, vă pot crea probleme cu sciatica, guta sau cu afecţiuni ale şoldurilor.

Planeta Jupiter, cea care guvernează zodia, are în stăpânire ficatul şi poate influenţa glanda pituitară. Săgetătorii au un ficat activ dar sensibil, care suferă instantaneu la abuzul de alcool.

Dioxidul de siliciu este foarte important pentru aceşti nativi, mai ales că întăreşte sistemul nervos, păstrează ţesuturile cerebrale sănătoase şi previne amorţeala în degetele picioarelor.

Lipsa acestui mineral din organism poate provoca o slabă densitate a oaselor, o piele cu aspect obosit sau vindecarea mai grea a rănilor. Cele mai bune surse de dioxid de siliciu se pot acumula din consumul de fructe şi legume, salate crude, ardei, smochine, căpşuni, pere, mere, cartofi, ovăz, cereale integrale.

Săgetătorii au nevoie de o dietă ce impune un consum ridicat de proteine pe care şi le pot lua din ouă, păsări de curte, peşte fript, dar şi din sfeclă roşie, prune, cireşe, portocale, lămâi, lapte degresat, iaurt, orez brun şi grâu integral.

Ceea ce ar trebui cu desăvârşire evitat din consumul zilnic sunt grăsimile, sosurile, smântâna, untul, bomboanele şi ciocolata.

Plantele medicinale favorabile: muşeţel, valeriană, iasomie.

Stimulente digestive: muştar, cuişoare, piper Cayenne, usturoi, ghimbir.

CAPRICORN

Caracteristici: În general, sunteţi nişte nativi bine făcuţi şi rezistenţi în plan fizic. Dacă aveţi grijă de stilul de viaţă nu vă veţi confrunta cu mari probleme. Datorită tendinţei spre ipohondrie există riscul ca o afecţiune oarecare să capete în mintea dumneavoastră proporţii gigantice şi vă afectează profund organismul.

Sfatul zodiei: *Vi se recomandă dieta cu grepfrut!*

Dacă există cineva pe lume care mănâncă pentru a trăi, acela sunteţi dumneavoastră! Aveţi mai multă voinţă decât toate celelalte semne zodiacale la un loc şi din acest motiv vi se recomandă acest regim. Mulţi se feresc să ţină un regim bazat pe un singur aliment, însă pe dumneavoastră se pare că nu vă deranjează foarte mult, mai ales dacă ştiţi că vă face bine.

Poate fi ţinut pentru a pierde rapid câteva kilograme şi este eficient deoarece taie pofta de mâncare, reduce colesterolul şi arde grăsimile din organism. Dacă este ţinut timp de o săptămână puteţi pierde între 6 şi 8 kilograme. Cu cât consumaţi mai mult grapefrut, cu atât pofta de mâncare va scădea mai mult. Puteţi să stoarceţi fructul şi să îl consumaţi ca pe un suc, dar nu trebuie îndulcit. În timpul dietei reduceţi cantitatea de cafea şi renunţaţi complet la dulciuri.

Zone sensibile: genunchii, părul, pielea, dinţii, stomacul, nervii periferici, sistemul osos.

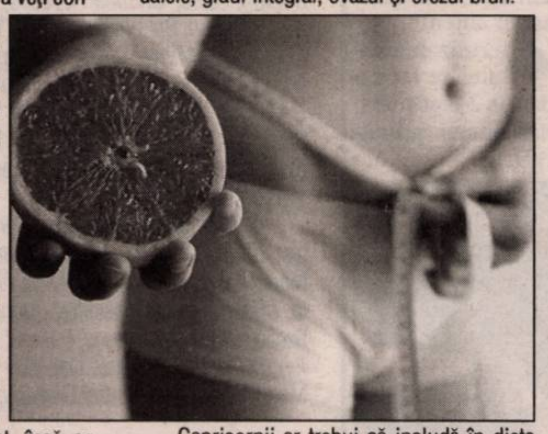
Capricornii pot fi afectaţi de tot felul de probleme legate de sistemul osos, au o piele sensibilă şi pot suferi de alergii. O dietă sistematizată şi un plan de fitness sunt perfecte pentru felul dumneavoastră de a fi: ambiţioşi, calmi şi perfecţionişti. Puteţi încerca yoga sau pilates.

Vă amintim că acesta este doar un scurt ghid care să vă determine să vă orientaţi asupra celor mai eficiente diete, însă nu ar fi rău să vă consultaţi şi cu medicul dumneavoastră înaintea începerii unui regim alimentar şi să stabiliţi cu acesta, mai ales dacă mai aveţi şi alte probleme de sănătate, care este varianta cea mai bună. Informaţiile nu au fost concepute ca un substitut pentru îngrijire şi au fost publicate doar în scop educaţional şi nu destinate pentru a diagnostica sau a prescrie cuiva un tratament strict.

Sunt guvernaţi de planeta Saturn, cea care are în stăpânire vezica biliară, splina, oasele, pielea şi dinţii. Tendinţa acestor nativi este de a se surmena prea mult, de a sări peste mese sau de a mânca prea mult la masă.

Fosfatul de calciu este elementul cel mai important pentru aceştia, mai ales pentru soliditatea oaselor.

Lipsa acestui element poate provoca rahitism, oase deformate, curbura coloanei vertebrale, dureri de articulaţii sau chiar pierderea dinţilor. Alimentele bogate în fosfat de calciu sunt: portocalele, lămâile, smochinele, ţelina, varza, păpădia verde, spanacul, broccoli, porumbul, mazărea, cartofii, nucile, migdalele, grâul integral, ovăzul şi orezul brun.



Capricornii ar trebui să includă în dieta lor şi salata verde, fructele şi legumele proaspete, peştele, ouăle şi pâinea din cereale integrale. Au nevoie şi de o mulţime de produse alimentare care le aduc un surplus de calciu, cum ar fi brânza, laptele bătut sau iaurtul.

Ar trebui evitat consumul de ciocolată sau zahăr rafinat, alimentele foarte condimentate şi picante.

Plantele medicinale favorabile: lemn-dulce, genţiană.

Stimulente digestive: ghimbir, piper negru şi roşu.

Pagină realizată de
CASANDRA

ÎN NUMĂRUL VIITOR

■ Inventarea bolilor în laborator ■ Hotel şi aventură ■ Marele plan terorist „Bojinka" ■ OZN-urile, ştiinţa şi lumina de sub felinar ■ Obiective turistice... de groază ■ Palenque, un simbol al puterii mayase ■ O boală „anonimă" de trei veacuri ■ Cât costă „un Parkinson" ■ Alimentul care ne dă viaţă ■ Răcoritul este sănătos, dar...

HOROSCOP

20-26 aprilie 2015

BERBEC 21.03-20.04

Cu siguranţă, în aceste zile vă simţiţi neputincioşi şi incapabili să înaintaţi cu aceeaşi forţă cu care sunteţi obişnuiţi să o faceţi de obicei. Tot ce vă oferă bun săptămâna asta este un weekend în care vă veţi simţi ca într-o adevărată vacanţă. Vă sfătuim chiar să vă dedicaţi mai mult iubirii şi să uitaţi de „război".

TAUR 21.04-21.05

Astrele vă facilitează nişte oportunităţi la care nici nu îndrăzneaţi să vă gândiţi până acum. Profitaţi de ocazie şi de inspiraţia de care daţi dovadă pentru a armoniza toate energiile care păreau discordante. Cu cât sunteţi mai discreţi în maniere, cu atât veţi judeca mai puţin tot ce se întâmplă în jur şi veţi fi mai fericiţi.

GEMENI 22.05-21.06

Încă vă mai preocupă direcţia pe care aţi adoptat-o în carieră, însă nu pentru mult timp deoarece, cât de curând toate vor începe să funcţioneze. Bineînţeles, meritaţi din plin aceste progrese şi pacea ce urmează în viaţa de zi cu zi, însă nu uitaţi ceva: nu vorbiţi mai mult decât trebuie!

RAC 22.06-21.07

Interacţiunea cu prietenii cei mai buni decurge cât se poate de bine, de parcă Paradisul a fost creat pe acest pământ chiar pentru dumneavoastră. Optaţi pentru optimism şi veţi vedea cum vi se schimbă viaţa în bine, aşa cum de mult timp nu s-a mai întâmplat. La sfârşitul săptămânii persoana iubită vă face o surpriză de proporţii.

LEU 22.07-22.08

Dacă doriţi să schimbaţi direcţia în care mergeţi, acum este momentul cel mai potrivit să o faceţi. Trebuie să aveţi curajul să porniţi pe un nou drum, dacă însă veţi renunţa la ideile fixe pentru a face loc unei noi mentalităţi. Este momentul să descoperiţi un mod optimist de a vedea lumea.

FECIOARĂ 23.08-22.09

Asemenea unui dans lent, cu mişcări armonioase şi cu graţie, aşa este indicat să acţionaţi pentru a obţine tot ce v-aţi propus. Nu excludeţi, însă posibilitatea întâmpinării unor surprize neplăcute venite din partea celor cu care aţi avut ceva de împărţit, mai ales dacă aceştia au senzaţia că totul li se cuvine.

BALANŢĂ 23.09-22.10

Prietenii şi comunicarea cu aceştia sunt singurele subiecte care prezintă interes pentru dumneavoastră în această săptămână. Ceea ce trebuie să ştiţi este că nimeni şi nimic nu vă pune bete în roate. În weekend puteţi câştiga o frumoasă sumă de bani sau primi un cadou neaşteptat care vă binedispune.

SCORPION 23.10-21.11

Detaşaţi-vă de rutina zilnică deoarece este o vreme prielnică schimbărilor, însă ar putea reprezenta şi o imensă pierdere de timp. Momentan, v-aţi descurca mai uşor dacă aţi avea cu cine să împărtăşiţi experienţa acumulată.

SĂGETĂTOR 22.11-21.12

Prin intermediul anturajului vi se deschid câteva porţi pe care nu aţi avut curajul să le încercaţi. Grupul de prieteni din care faceţi parte este însă cel mai activ şi dornic de distracţie. Poate că ar fi mai bine dacă veţi încerca să vă adaptaţi dorinţelor celor din jur.

CAPRICORN 22.12-19.01

Este momentul să vă redefiniţi noţiunea de familie, dar şi de reuşită în plan social. Poate că veţi descoperi o nouă formă a individualismului, însă acest lucru nu va avea loc până ce nu vă decideţi să începeţi pas cu pas planurile de viitor.

VĂRSĂTOR 20.01-18.02

Este momentul să vă lărgiţi orizonturile şi să fiţi din ce în ce mai deschişi pentru a primi tot ce este nou în viaţa dumneavoastră. Uitaţi de acuzaţii, renunţaţi la părerile de rău şi profitaţi de siguranţa pe care v-o oferă familia. În cazul în care doriţi să renovaţi casa, ar trebui să fiţi atenţi la achiziţionarea produselor de lux.

PEŞTI 19.02-20.03

Aveţi pregătită câte o vorbă bună pentru fiecare dintre cei cu care interacţionaţi. Dacă aveţi ceva de împărţit, asiguraţi-vă că faceţi acest lucru în mod echitabil. Cu cât sunt probleme financiare mai mari, cu atât aveţi senzaţia că trăiţi într-un cerc vicios. Evitaţi bârfele şi orele suplimentare petrecute la locul de muncă.

Nativul săptămânii: CAMIL PETRESCU (22.04.1894 — 04.05.1957)

A fost nuvelist, romancier, dramaturg, doctor în filozofie şi poet. Acest nativ al zodiei Taur a fost cel care a pus capăt romanului tradiţional şi care rămâne în literatura română, în special, ca iniţiator al romanului modern. Participă ca ofiţer la Primul Război Mondial iar experienţa trăită atunci se va regăsi în romanul „Ultima noapte de dragoste, întâia noapte de război". Debutul editorial l-a făcut cu un volum de versuri, „Ideea. Ciclul morţii" (1923) iar în 1922 publică cel mai valoros roman al său şi unul dintre romanele importante ale modernismului european, „Patul lui Procust".

TELEFONUL CITITORULUI
Pentru a afla direct de la cititorii noştri opiniile legate de conţinutul revistei, apelaţi numărul de telefon: 0213178964

Abonamente la „Magazin" direct la redacţie!

PERIOADA	VALOAREA
❑ 1 LUNĂ	6,00 LEI
❑ 2 LUNI	12,00 LEI
❑ 3 LUNI	18,00 LEI
❑ 4 LUNI	24,00 LEI
❑ 5 LUNI	30,00 LEI
❑ 6 LUNI	36,00 LEI

„Magazin" oferă fidelilor săi cititori avantajul de a primi revista cu promptitudine, la adresa dorită.

Abonaţi-vă la magazin

Cheltuielile poştale prilejuite de expedierea abonamentului sunt suportate de redacţie.

Nu aveţi decât să trimiteţi printr-un mandat poştal [pe adresa: Ionescu Simion — la Casa Editorială Magazin, Piaţa Presei Libere nr.1, sector 1, Bucureşti, cod 013701], contravaloarea abonamentului solicitat (vezi preţurile în talonul alăturat) şi puteţi beneficia de toate avantajele enunţate. În cazul în care nu specificaţi data de începere a abonamentului, acesta va fi expediat de la data încasării mandatului poştal. Pentru informaţii suplimentare vă rugăm să sunaţi la tel. 021.317.89.65 sau 0722.625.622.

Cititorii din străinătate pot contracta abonamente, achitând contravaloarea abonamentului dorit (50 euro sau 70 $, un abonament pe şase luni; 25 euro sau 35 $, un abonament pe trei luni) în conturile societăţii.

CUPON MANDAT POŞTAL
Nr. .....
EXPEDITOR
Nume .....
Prenume .....
Str. ..... Nr. .....
Bloc ..... Scara ..... Etaj .....
Ap. ..... Cod .....
Localitatea .....
Judeţul/Sectorul .....
Telefon .....
Suma în cifre (LEI)
Ştampila cu data prezentării
RAMBURS C.P. NR. .....

MANDAT POŞTAL
DESTINATAR
Nume IONESCU SIMION — la
Prenume C.E. «MAGAZIN» S.R.L.
Str. Piaţa Presei Libere Nr. 1
Bloc ..... Scara ..... Etaj ..... Ap. .....
Cod 013701 Localitatea Bucureşti
Jud./Sect. 1 Tel. .....
C.N.P. .....
Expeditor .....
Localitatea .....
Suma în cifre (LEI)
Suma în litere (LEI)
RAMBURS C.P. NR. .....

Sigiliu control mandate
POŞTA ROMÂNĂ RO
Verificator, ...
INDICAŢII SPECIALE .....
Nr. mandat poştal .....
Confirmăm suma de lei .....
(în cifre şi litere)
Semnătura salariatului .....
Diriginte .....
Ştampila cu data prezentării
Sigiliu cu sigla RO

TELEFON RECLAMAŢII ABONAMENTE
0722625622

Biblioteca Judeţeană MUREŞ

SERIE NOUĂ - 1242 ● ANUL LVIII ● 23 APRILIE 2015 ● 16 PAGINI ● 2 LEI Nr. 16 (2992)

magazin

Mail: redactia@revistamagazin.ro Adresă INTERNET: www.revistamagazin.ro

SĂPTĂMÂNAL CULTURAL - ŞTIINŢIFIC INDEPENDENT

■ *Cu amabilitatea îţi faci prieteni, cu adevărul, duşmani!*
Proverb latin

■ *Lucrurile rele nu se văd în vremurile bune. Până la urmă, doar la reflux îţi dai seama cine înoată dezbrăcat.*
Warren Buffet

Caleidoscop

HOTEL şi aventură

Femina club

Pentru dumneavoastră, doamnă

Sensibilitatea... pietrelor preţioase

Dosarele frumuseţii

4 soluţii rapide

Istorii uitate

Marele plan terorist **„BOJINKA”**

Terapii complementare

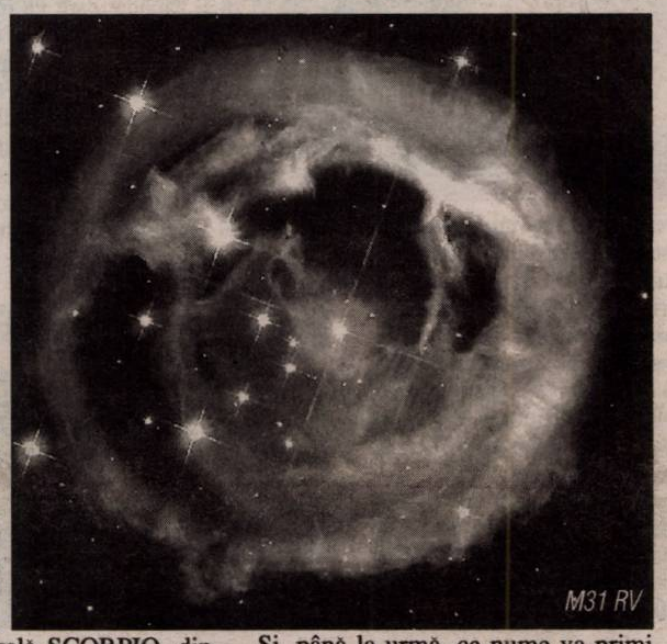
RĂCORITUL este sănătos, dar...

De la o nouă stea, la primul hominid

Spectacolul cercetării ştiinţifice continuă fără răgaz. Dacă ar trebui să ne oprim la două dintre cele mai remarcabile descoperiri recente, atunci cel mai potrivit ar fi să optăm pentru noua stea descoperită de un român şi cea mai veche fosilă a unui hominid.

În domeniul astronomiei, a observării Universului, de multe ori astronomii amatori, adică acei pasionaţi care scrutează cerul nopţii cu mijloace proprii, spre deosebire de astronomii care lucrează la marile şi superdotatele observatoare răspândite pe glob, ajung la rezultate mult mai spectaculoase decât experţii cu pedigri. Sunt exemple numeroase de astronomi amatori care au observat pe cerul nopţii asteroizi, planete sau galaxii doar cu ajutorul unor simple telescoape, uneori construite chiar de ei înşişi, înaintea specialiştilor care dispun de centre astronomice supersofisticate. Rezultate spectaculoase se pot obţine uneori şi cu telescoape aflate în oraşe mai mici. Acesta este cazul muzeografului Dumitru Ciprian Vîntdevară de la observatorul astronomic din Bârlad, a cărui descoperire poate rămâne în istoria astronomiei: el a observat în premieră mondială o stea nemaivăzută până acum, aflată undeva, la 21 de milioane de ani-lumină de Pământ. Adică la o distanţă de 6,3 x 10 la puterea 12 kilometri de noi!

Să amintim că Observatorul Astronomic Perseus din cadrul Muzeului „Vasile Pârvan” din Bârlad se numără printre cele mai dotate observatoare astronomice din ţară şi este locul unde în ultimul timp s-au reuşit multe lucruri deosebite, atât din punct de vedere al activităţilor cu publicul, cât şi în domeniul astrofotografiei şi al cercetării ştiinţifice.



M31 RV

Supernovă sau nová roşie?

După cum declara Dumitru Ciprian Vîntdevară, descoperirea s-a făcut în noaptea de 10 spre 11 februarie 2015, pe când observa o zonă din dreptul unei galaxii destul de apropiate de Pământ, Messier 101. Interesant este faptul că, iniţial, muzeograful a crezut că formaţiunea observată este o supernovă, deşi ulterior şi-a dat seama că se înşelase. Pentru că înainte de a te bucura de o descoperire astronomică este nevoie ca ea să fie confirmată şi omologată.

Deşi descoperirea se putea datora unor imperfecţiuni fotografice, pe 13 februarie 2015, astronomul neozeelandez Stu Parker, utilizând un telescop din Spania, a confirmat că într-adevăr, există un nou obiect în galaxia M 101. Ulterior s-a constatat, însă, că noua descoperire nu este o supernovă, şi o perioadă de timp natura acestui obiect a fost incertă. Deabia după o lună, mai exact pe 11 martie 2015, a fost publicată o telegramă astronomică în care se confirmă spectrografic că noul obiect este de fapt o nová roşie luminoasă.

La concluzia aceasta au ajuns şi mai multe observatoare astronomice din Rusia, printre care şi telescopul SAO de 6 metri BTA, cu cameră spectrală SCORPIO, din Munţii Caucaz. Cert este că fenomenul este foarte rar, până acum fiind înregistrate doar cinci asemenea obiecte astronomice: M31 RV din galaxia Andromeda, descoperit în anul 1988 – posibilă nová roşie luminoasă; V4332 Sgr din galaxia noastră, descoperit în anul 1994; V838 Mon din galaxia noastră, descoperit în anul 2002 – cel mai studiat dintre toate; M85 OT2006-1 din galaxia M85, descoperit în anul 2006 – prima nová roşie confirmată (23 mai 2007 – nova roşie luminoasă a fost anunţată ca fiind un nou tip de novă şi se crede că s-a format la unirea a două stele din secvenţa principală); V1309 Scorpii din galaxia noastră, descoperit în anul 2008. La acestea se adagă descoperirea de la Observatorul din Bârlad. „Nu este nici o novă obişnuită, nici supernovă, este undeva între acestea. Dând timpul înapoi în istorie, nu am descoperit vreun român care să facă o asemenea descoperire. Am avut noroc mare”, a punctat Vîntdevară. Şi multă pasiune, am adăuga noi.

Mandibula cu dinţi descoperită în Etiopia

Şi, până la urmă, ce nume va primi noua stea? Gândul ne zboară aproape fără voie la piesa de teatru a lui Mihail Sebastian, *Steaua fără nume.* Dumitru Ciprian Vîntdevară n-a găsit deocamdată un nume pentru nova roşie luminoasă descoperită de el, dar e convins că ea va primi un nume de catalog, nu foarte repede, însă cu siguranţă într-un an sau doi. „Probabil o să ia indicativul galaxiei şi anul descoperirii. Probabil 2015 şi o combinaţie de numere”, a precizat specialistul. Noi, din partea revistei Magazin, am propune, în locul indicativelor seci, numele Mona, eroina lui Sebastian din *Steaua fără nume.*

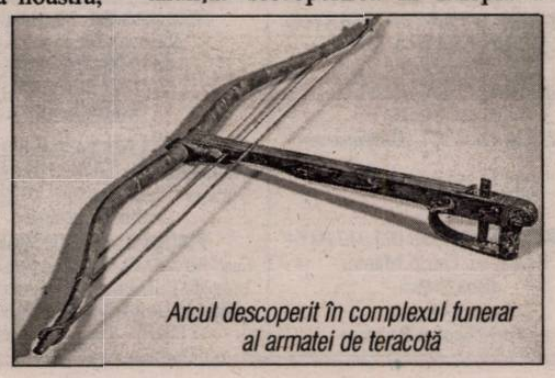
Arheologie şi istorie veche

Lupta pentru descoperirea celor mai vechi hominizi de pe planetă se dovedeşte a fi una nobilă, atâta vreme cât vorbim despre începuturile omului pe Terra. După ce vom descoperi cu exactitate cine suntem, ne mai rămâne să aflăm de unde venim şi apoi încotro ne ducem, două întrebări care au rămas deocamdată fără răspuns.

La începutul lunii martie s-a anunţat descoperirea în Etiopia a unei mandibule cu dinţi datând de acum 2,8 milioane de ani, lucru care semnifică faptul că aceasta ar putea fi cea mai veche fosilă de hominid descoperită vreodată. Astfel, originile omului sunt împinse cu 400.000 ani în urmă. Descoperirea acestui maxilar inferior ajută la reducerea decalajului dintre evoluţia Australopithecus-ului – celebra Lucy datând de acum 3,2 milioane de ani – şi primele specii ale genului Homo, cum sunt *Homo erectus* sau *Homo habilis,* conform paleontologilor.

Din domeniul arheologiei vine o ştire care vorbeşte despre descoperirea unui artefact masiv datând din secolul al VII-lea şi descris ca unul dintre cele mai importante elemente arheologice scoase la iveală vreodată în Laos. Piesa cuprinde sculpturi ce înfăţişează personaje din mitologia hindusă şi măsoară 2,2 metri lungime pe 90 de centimetri lăţime.

Conform arheologilor, această piesă a fost ataşată probabil la o poartă de altar în complexul religios Vat Phou. Şi descoperirile arheologice nu se opresc aici. O echipă de arheologi a anunţat în a doua jumătate a lunii martie descoperirea unui arc vechi de peste 2.000 de ani, în complexul funerar care adăposteşte celebra armată din teracotă, armă care, potrivit experţilor, este mai avansată decât altele din acea epocă şi ar fi putut constitui „arma secretă” cu ajutorul căreia împăratul Qin Shi Huang a unificat China. Conform Agerpres.ro, arcul, de 1,3 metri, putea lansa săgeţi la peste 800 de metri distanţă, o rază de acţiune superioară celei a unor puşti de asalt moderne, ceea ce a permis, probabil, ca armata lui Qin să câştige aproape toate bătăliile împotriva adversarilor lui.



Arcul descoperit în complexul funerar al armatei de teracotă

TV

■ TVR 1 ■ Pro TV ■ Antena 1
■ TVR 2 ■ Prima TV
■ Acasă ■ Pro Cinema

SUDOKU

jocul săptămânii: 16

7			2				3	
					6	8		
		3		7		5		
							1	8
1			6		5			4
2	7							
		5		4		6		
		4	9					
	9				1			2

Soluţia în numărul viitor

Biblioteca Judeteana MURES

Hotel şi aventură

În accepţiunea curentă, noţiunea de hotel se referă la un spaţiu de cazare temporară dotat cu toate cele trebuincioase odihnei şi, eventual, petrecerii mai multor zile în alt loc decât acasă. Mai nou însă, dacă tot „fugim" de-acasă, ni se oferă şi prilejul de a petrece puţin timp din viaţă într-un cadru cu totul insolit, unde ambientul şi specificul localului te captivează de la prima privire.

Ice Hotel

O adevărată aventură să stai într-un avion, pe un vapor sau ponton plutitor, într-un vârf de copac ori pe o stâncă abruptă, între pereţi şi pe un pat de gheaţă sau într-un acvariu, într-o sferă de sticlă, într-un decor science-fiction ori în plină savană, înconjurat de lei, elefanţi, rinoceri, gazele... Atenţie, vom prezenta mai jos numai hoteluri! All inclusive.

Farul din Kerbel *(Riantec, Franţa)* are 25 de metri înălţime şi o panoramă de excepţie asupra regiunii Morbihan. Nu este recomandat persoanelor care au rău de înălţime, fie şi numai pentru că ar fi păcat să vă petreceţi un sfârşit de săptămână cu mâinile încleştate de piciorul patului. Plus că, pentru numai o noapte, ar trebui să plătiţi 500 euro.

Jumbo Hostel *(Uppsala, Suedia)* este de fapt un Boeing 747 transformat în hotel, chiar lângă aeroportul oraşului situat la 70 km nord de Stockholm, capitala Suediei. Pentru 375 euro puteţi chiar să vă petreceţi o noapte în cabina de pilotaj.

Dacă însă aveţi nostalgia Răsăritului, puteţi opta pentru ***Luxe Hotel Suites — Airplane Suite*** *(Teuge, Ţările de Jos)*, unde veţi dormi într-un Ilyuşin 18, construit în 1960 de „fraţii" ruşi pentru transport de pasageri. Cu interiorul complet restaurat, avionul-hotel oferă un confort deosebit, pentru minimum 350 euro pe noapte. Cam acelaşi ambient îl propune şi Hotel Costa Verde (Manuel Antonio, Costa Rica), numai că aici vorbim despre fuselajul unui vechi Boeing 747 din 1965 eşuat la marginea unei plaje. Decor exotic garantat, în schimbul a 300 euro pe noapte.

Jumbo Hostel

Luna Salada *(Uyuni, Bolivia)*, aşa cum sugerează şi numele, e un hotel de sare construit în mijlocul somptuosului deşert de sare Salar de Uyuni. Oaspeţii trebuie să respecte însă o interdicţie: să nu lingă pereţii, mai ales dacă ţin regim alimentar.

Într-o manieră oarecum asemănătoare este construit ***Ice Hotel*** *(Jukkasjärvi, Suedia)*, cel mai mare hotel construit din gheaţă şi zăpadă, care vă invită să dormiţi la -5ºC pentru 800 euro pe noapte. Un astfel de hotel se găseşte şi în Finlanda, dar mult mai apropiat de noi este cel de la Bâlea Lac, care prinde conturul unei mici aşezări, printre altele având în vecinătate şi o biserică; de gheaţă, evident.

Luna Salada

În fine, întrucât imaginaţia umană chiar nu cunoaşte limite, vă întrebăm în treacăt dacă aţi agrea ideea de a locui temporar într-un intestin sau într-un câine! Nu e o glumă morbidă, ci o ofertă hotelieră autentică. ***Verbeke Foundation*** *(Kemzeke, Belgia)* propune – la modul eufemistic – locuirea într-o aşa-zisă operă de artă. Mă rog, dacă replica supradimensionată a unui intestin poate fi numită astfel şi e destinată unor nopţi plăcute, nu putem decât să le urăm amatorilor „somn uşor".

Dog Bark Park Inn

În schimb, ***Dog Bark Park Inn*** *(Cottonwood, Idaho, SUA)* oferă un pat comod şi un breakfast savuros în pântecele unui câine uriaş. Asta costă numai 80 euro pe noapte, dar trebuie să vă grăbiţi, fiindcă ospitalierul căţel nu beneficiază decât de două camere.

Pulsul Planetei

Urşi „citadini"

După ce ies din perioada de hibernare, urşii bruni au tendinţa de a se apropia de zone locuite, pătrunzând uneori până în inima oraşelor pentru a-şi procura hrana.

Situaţia din insulele ruseşti Sahalin şi Kurile, de pildă, a fost alarmantă în acest an. Iarna fiind blândă, cu ploi frecvente, perioada de hibernare s-a

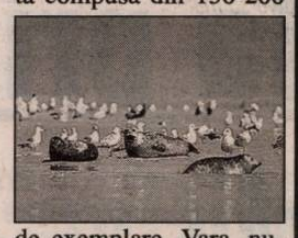
scurtat şi o seamă de exemplare înfometate au dat năvală în diverse localităţi. În staţiunea de schi din apropiere de Sahalin, activitatea sportivilor a fost anihilată de aparaţia unei familii de urşi periculoşi.

O echipă de vânători a fost desemnată pentru a explora zonele „fierbinţi" şi pentru a instala cuştica-capcană, cu hrană, întrucât nu s-a pus încă problema uciderii urşilor periculoşi. Dacă strategia nu va funcţiona, vor fi însă nevoiţi să facă uz de arme. Autorităţile au atenţionat populaţia să nu lase deşeuri (alimente) în păduri, în împrejurimi, în grădini şi să semnaleze imediat prezenţa unor intruşi.

Faună luxuriantă

Estuarul Somme din Crotoy, este unul dintre cele mai actractive medii naturale din Franţa. Privitorul este siderat de mirajul spectacolului oferit de mulţimea de animale din diverse specii, de culorile care se schimbă mereu, de zborul păsărilor migratoare şi autohtone. Peste 400 de specii de păsări migratoare poposesc aici.

Printre cele mai captivante animale sunt focile, o colonie permanentă compusă din 150-200



de exemplare. Vara, numărul lor depăşeşte 500. Aproximativ 10 milioane de turişti vizitează acest paradis în fiecare an.

DORIN MĂRAN

Imperios

Să vorbim corect!

„Se cerea *imperios* şi *stringent* luarea unei măsuri".

Pleonasmul, auzit deseori în ultimul timp, este cauzat atât de dorinţa de intensificare a sensului, cât şi de necunoaşterea corectă a respectivelor adverbe/adjective.

În dreptul cuvântului „imperios", în dicţionare putem citi: „Care este neapărat necesar, care cere o rezolvare imediată". Cuvântul „stringent" este explicat de aceleaşi dicţionare drept: „Care trebuie să fie luat neapărat în seamă, care se impune în mod imperios, care nu suferă amânare".

Aşadar, sinonimia este evidentă şi greşelile trebuie evitate.

De asemenea, tot pleonastice sunt construcţiile „stringent şi imperativ", „neapărat şi imperios", „imperios şi presant" şi alte combinaţii asemănătoare. *(I.S.)*

Starea de veghe

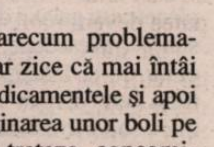
Inventarea bolilor în laborator

Proliferarea uluitoare a farmaciilor în ultimii ani pare a fi, pentru omul de rând, un lucru pozitiv: uite, dom'le, cineva chiar se mai gândeşte şi la noi! Sigur că se gândeşte, mai ales că din industria farmaceutică se câştigă absolut fabulos.

Totuşi, care ar fi raţiunea pentru care, de pildă, într-un oraş există numai în zona unei intersecţii în jur de 10 farmacii, uneori situate chiar alăturat? Înseamnă, desigur, că veniturile sunt pe măsura aşteptărilor, că dincolo de avalanşa de reclame clienţi sunt din abundenţă. Şi aşa este, fiindcă oamenii suferă sau li se spune că suferă de boli din ce în ce mai complicate, mai diversificate, mai răspândite, care – vezi bine – trebuie combătute cu medicamente. De fapt, nu bolile în sine se combat, nu cauzele lor (ar fi „grav" să fie eradicate maladiile grave, nu?), ci doar se păcălesc, temporar, efectele.

Sunt extrem de multe de spus pe această temă, iar uneori se încearcă spargerea cochiliei conspiraţiei planetare legate ombilical de industria medicamentelor. Dezvăluirile din interior făcute de adevăraţi kamikaze care au lucrat în sistem sunt mai mult decât halucinante. Ele însă există şi, dacă măcar o zecime din ele sunt absolut adevărate, putem vorbi clar despre un genocid global, ecuaţie din care, în final, noţiunile de populaţie şi de individ uman, aşa cum le definim astăzi, vor deveni în curând praf şi cenuşă.

O carte-şoc, scrisă de 32 de specialişti, tulbură de câteva săptămâni destul de serios lumea medico-farmaceutică occidentală. „Adevărul despre medicamentele voastre" a fost publicată în Franţa la Editura Odile Jacob (din fericire, nu e ceea ce se cheamă samizdat!) de specialişti în medicină, cu scopul declarat de „a reda încredere pacienţilor" în acest sistem de dimensiuni inimaginabile şi de importanţă vitală pentru omenire. Pentru aceasta, spun ei, trebuie abordate fără ezitare subiectele care incomodează. Şi, de exemplu, să se răspundă unei întrebări curente: inventează producătorii noi boli pentru a găsi noi debuşee? Autorii cărţii subliniază că „geniul inventiv" al celor din industria farmaceutică nu cunoaşte limite, în condiţiile unei pieţe tot mai restrânse şi deci ale unei tentaţii accentuate de a o extinde prin orice mijloace, mai mult sau mai puţin artificiale, mai mult sau mai puţin etice.



Vulgarizând oarecum problematica în discuţie, s-ar zice că mai întâi se pun la punct medicamentele şi apoi se lucrează la imaginarea unor boli pe care acestea să le trateze, concomitent cu insinuarea în mentalul opiniei publice a iminenţei apariţiei acelor maladii „de laborator". Cu detalii mai concrete, absolut şocante, vom veni în numărul următor al „Magazin"-ului.

Pagină realizată de
ADRIAN-NICOLAE POPESCU

Săptămânalul „Magazin" este editat de
CASA EDITORIALĂ „MAGAZIN" S.R.L.
magazin
Înmatriculată la Oficiul Registrului Comerţului Bucureşti sub nr. J/40/2623/1991 din 8 mai 1991.
Adresa: Bucureşti sector 1, Piaţa Presei Libere nr.1, cod. 013701.

CONSILIUL DE ADMINISTRAŢIE:
ECATERINA BĂTRÂNEANU – Preşedintă
GEORGE CUŞNARENCU – Administrator
NICUŞOR DINCĂ – Administrator

ISSN 0258-1523

REDACŢIA: Telefon: 021.317.89.64
Paul Ioan, Dorin Măran, Irina Stoica, Ionel Cojocaru, Adrian-Nicolae Popescu

ECHIPA DE SERVICIU:
Responsabil de număr: Adrian-Nicolae Popescu
Secretar de redacţie: Gabriela Niţu

PUBLICITATE: Tel./Fax: 0722.625.622
DIFUZARE: Tel./Fax: 021.317.89.65
Nicuşor Dincă (director) - 0722.625.622, Simion Ionescu

FINANCIAR-CONTABIL:
Cont: RO74 BACX 0000 0030 0016 0000 (LEI) Unicredit Ţiriac Bank S.A. - Sucursala Panduri
Cont: RO24 RNCB 0072 0496 8985 0001 B.C.R. – Sector 1, Bucureşti

COLEGIUL DE REDACŢIE:
ECATERINA BĂTRÂNEANU
Preşedintă a Consiliului de Administraţie
Tel./Fax: 021.317.89.66
GEORGE CUŞNARENCU
Redactor şef
ADRIAN HOAJĂ, PAUL IOAN, MELANIA CONSTANTINIU

Cititorii din străinătate se pot abona prin Casa Editorială „Magazin" S.R.L. Piaţa Presei Libere nr.1, sector 1, Bucureşti, România
Fax: 021.317.89.66

Redactorii semnatari ai articolelor publicate în revistă sunt direct răspunzători, material şi din punct de vedere juridic, pentru exactitatea şi corectitudinea celor relatate. Revista îşi declină orice responsabilitate.

TEHNOREDACTARE COMPUTERIZATĂ:
„MAGAZIN"
Gabriela Niţu, Rodica Niţu

Tiparul: **INTACT S.A.**

Roboți cu „limbă” de cameleon

Fabricantul german Festo a prezentat recent un robot denumit FlexShapelirpper, inspirat din lumea animală, dar într-o manieră particulară. Nu a fost studiată morfologia, locomoția etc. vreunui animal, ci doar particularitățile unui organ: limba cameleonului.

Brațul său articulat îi permite robotului să cuprindă obiecte cu forme dintre cele mai diverse, cu o foarte mare precizie, datorită modului în care a fost conceput dispozitivul de prindere.

Cei mai mulți roboți sunt prevăzuți cu un sistem de tip clește sau cu articulații asemănătoare cu cele ale degetelor umane. Terminațiile brațelor robotului german sunt dotate cu câte un balon din silicon umplut cu apă și nu cu granule din diverse materiale, inclusiv nisip ori cafea măcinată, după modelul „baloanelor” realizate până în prezent în cazul unor tipuri de roboți similari. Pentru a apuca un obiect, balonul se înfășoară în jurul acestuia. În interior se află două spații, unul umplut cu aer comprimat, un altul, cu apă, acesta având particularitățile vizate ale limbii cameleonului.

Cele două „camere” sunt concepute în așa fel încât să se „intercompenseze” prin acțiunea unui piston: când volumul uneia dintre ele se micșorează, al celeilalte se mărește. În momentele în care membrana din silicon intră în contact cu obiectul, aerul comprimat din spațiul părții superioare este ventilat pentru a-l retracta pe cel de-al doilea. În tot acest timp, brațul robotic continuă să exercite presiune asupra obiectului și să-l manipuleze.

Nu este pentru prima oară când societatea germană a creat roboți inspirându-se din lumea animalelor. Au fost creați, de pildă, roboți capabili de a lucra în echipă și de a deplasa obiecte care depășesc forțele unui singur individ.

Experiențe periculoase

Omul a visat dintotdeauna să-și depășească condiția, întrecându-și limitele, atingând deseori performanțe uluitoare, unele dintre ele revoluționând domenii științifice. A visat însă și la performanțe utopice, stăpânit de fantasme: să citească gândurile semenilor, să zboare, să vadă prin ziduri sau.... în întuneric beznă.

Un grup de biohackeri californieni, preocupați de experimente, deseori periculoase, preluând informații de pe Internet, a făcut diverse combinații cu produse lichide, biocompatibile – după ce le-a studiat particularitățile – pe care le-au injectat (!) în ochi, în speranța că una dintre ele le-ar permite să vadă în întuneric. Minunea s-a produs la un moment dat, când una dintre substanțe – Ce6 – le-a conferit această particularitate.

Biochimistul Gabriel Licina a fost primul care a încercat acest experiment. După ce și-a injectat în retine, în timpul nopții, 50 microlitri de Ce6, a stins luminile, a tras draperiile și s-a așezat într-un fotoliu, cu telefonul în mână, pentru a suna la urgență în cazul în care ar fi apărut reacții adverse. Nu numai că nu au apărut, dar a început, după o oră, să deslușească formele obiectelor din garaj până la distanțe de 10-12 metri.

Substanța și-a făcut deplin efectul după două ore când încăperea a

devenit luminoasă, atât de luminoasă încât a fost nevoit să-și pună ochelarii de soare! În întunericul garajului-laborator în care efectuau experimentele, și ceilalți voluntari au început să deslușească toate obiectele existente și, evident, pe cei de lângă ei.

Au obținut această substanță dintr-un fel de clorofilă care se află în ochii unor pești de mare adâncime, capabili să vadă în obscuritate, substanță utilizată în câteva spitale din lume pentru tratarea unor forme de cecitate în condiții de semiîntuneric.

După toate aparențele, suntem în plin SF. Realitatea e însă certă. Aplicațiile acestei descoperiri sunt deosebit de atractive, în special pentru misiuni militare, eliminându-se lanternele deconspiratoare, ori în diverse misiuni civile.

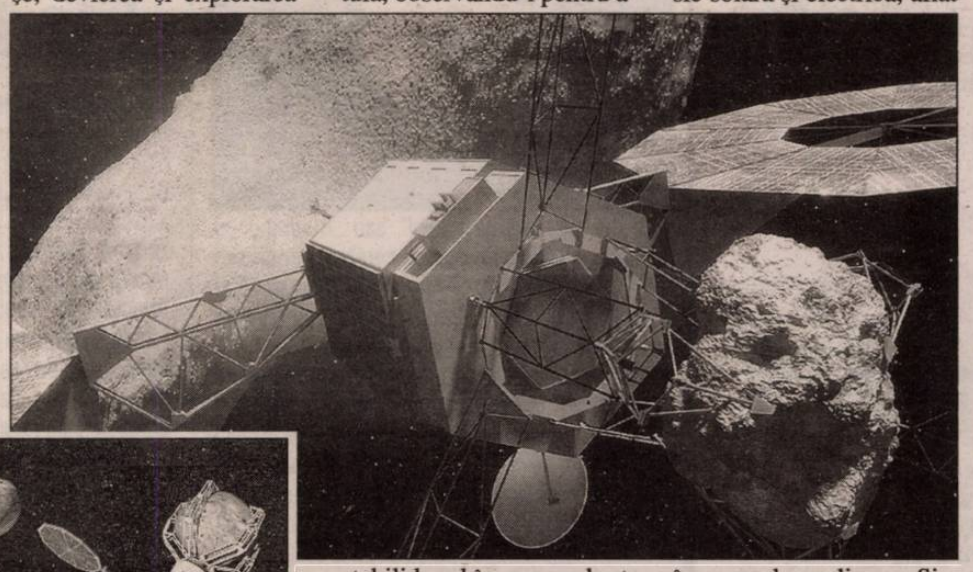
Performanțe similare au fost obținute până acum, de pildă, cu lentile de contact și lentile din sticlă în interiorul cărora se află o folie foarte subțire de grafen care reacționează la fotoni, „spulberând” întunericul.

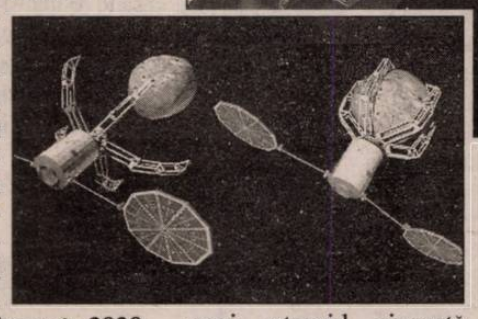
Misiuni spațiale spectaculoase

După explorarea cometei Ciuriumov, NASA a vizat o misiune – Asteroid Redirect Mission (ARM) – de deviere a unui asteroid, de plasare a acestuia pe orbita Lunii, în 2020, și de prelevare a unor eșantioane. Utilizând forța gravitațională exercitată de propria masă, naveta spațială automată Mars ARM ar putea modifica traiectoria unui asteroid, apropiindu-se de el, menținându-se la o distanță cât mai mică și „trăgându-l” lent, fără să-l atingă. Dacă va fi stăpânită această tehnică, asteroizii care amenință Terra vor putea deveni inofensivi.

La sfârșitul lunii martie, responsabilii NASA au rectificat datele proiectului. În final s-au referit la misiunea navetei Mars ARM, care se va îndrepta în 2020 în direcția unuia dintre cei trei asteroizi pe care NASA intenționează să-i studieze.

Preferințele se îndreaptă spre asteroidul 2008 EV5, fiind cunoscute mărimea, forma, dinamica de rotație ale acestuia. Dacă ar fi optat pentru prima misiune, costurile ar fi fost uriașe, devierea și explorarea

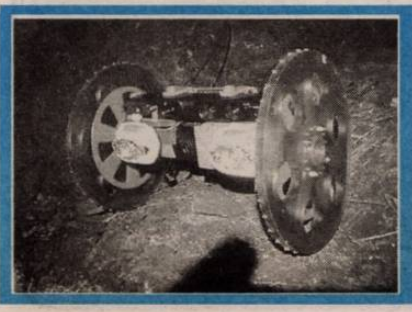




unui asteroid, riscantă, presupunând cheltuieli de miliarde de dolari. Pe de altă parte, reușita unei astfel de misiuni nu ar fi certă. Naveta spațială din cadrul misiunii care vizează explorarea asteroidului își va atinge ținta după o călătorie de doi ani.

Se va roti în jurul acestuia, observându-l pentru a stabili locul în care un braț telemanipulator instalat pe navetă va desprinde o rocă cu un diametru maxim de 4 metri. Mars ARM va ajunge după 6 ani pe orbita lunară, unde se va întâlni cu o capsulă spațială, Orion, având la bord doi astronauți, care vor prelua eșantionul. Misiunea va permite testarea diferitelor tehnologii, determinante pentru explorarea spațiului și mai ales a planetei Marte. Mars ARM va fi echipat cu un motor cu propulsie solară și electrică, aflat în curs de realizare. Sistemul de propulsie va permite utilizarea unei cantități reduse de carburant și o viteză mai mare decât cea a navetelor spațiale.

NASA are totuși în vedere și o misiune cu echipaj uman, pentru a evalua posibilitatea de a proteja Terra de impactul asteroizilor.



În inima vulcanului

Ingineri de la NASA au realizat doi roboți echipați cu camere de luat vederi capabili să coboare în faliile vulcanice pentru a le explora. Cel dintâi a efectuat observații la sfârșitul anului trecut, într-o fisură a vulcanului Kilauea din Hawai. Cel de-al doilea, în luna martie a.c.

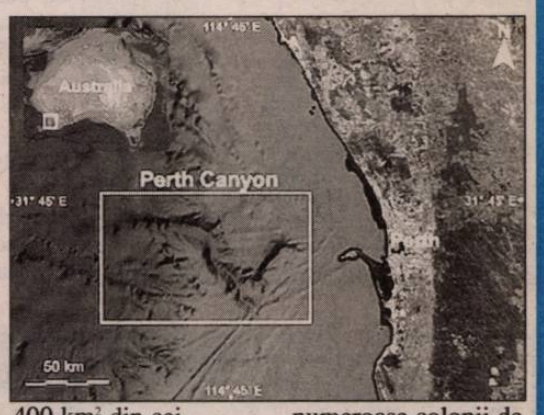
Misiunile au fost îndeplinite cu succes. După analiza datelor obținute, cercetătorii vor evalua posibilitatea de a utiliza acest tip de roboți în misiuni similare pe alte planete.

Ecosistem misterios

Marele Canion are o „sosie”, imperfectă, ce-i drept. Este vorba despre giganticul canion Perth, aflat la o adâncime de 2 kilometri și care se întinde pe o distanță de peste 4 kilometri. Nu se află însă pe uscat, ci pe fundul Oceanului Indian, în largul coastei de vest a Australiei.

Oamenii de știință dețineau puține informații legate de această formațiune geologică și de viețuitoarele existente, până în momentul în care au fost publicate primele rezultate ale unei ample misiuni subacvatice la care au participat oceanologi din cadrul Universității Australiei Occidentale.

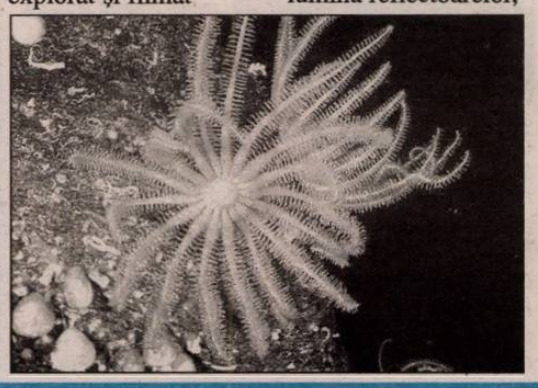
Odată ajunși în zona canionului – cu vasul Falcor, destinat cercetării – aceștia au lansat un vehicul submarin telecomandat care a explorat și filmat



400 km² din cei 29.000 km² reprezentând suprafața totală a canionului.

Obiectivul camerei de luat vederi cu

sistem de cartografiere a surprins, în lumina reflectoarelor,



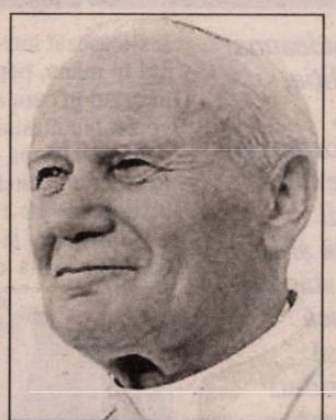
numeroase colonii de vietăți care trăiau agățate pe pereții acestuia. Robotul a colectat mostre din structurile canionului, corali, viețuitoare. După studiul aprofundat al mostrelor și al imaginilor, cercetătorii vor relua această misiune fantastică.

Canionul s-ar fi format în urmă cu peste 100 milioane de ani, când Antarctica s-a separat de India în urma eroziunii produse de un fluviu.

Pagină realizată de **DORIN MĂRAN**

Marele plan terorist „Bojinka”

Unul dintre cele mai mari proiecte de acte teroriste din ultimul deceniu al secolului trecut a fost denumit Bojinka, însă FBI l-a înregistrat cu titlul: „48 de ore de teroare”. Principalii organizatori ai acţiunilor au fost Ramzi Yousef (cetăţean pakistanez) şi Khalid Sheikh (cu cetăţenii în Bosnia, Pakistan şi Kuweit). În cadrul seriilor de atacuri teroriste planificate se afla şi asasinarea papei Ioan Paul al II-lea, pe când acesta făcea o vizită oficială în Philipine. Din fericire pentru multe vieţi omeneşti, planul Bojinka nu a mai fost pus în aplicare, dintr-o eroare.



Papa Ioan Paul al II-lea, ţinta atacului

Trei etape de atac

Planul terorist Bojinka (adică „explozie” în sârbo-croată) viza, pe lângă asasinarea papei, atacuri cu bombă asupra unor avioane de linie care zburau din Asia spre SUA (se planificase doborârea a 11 aparate în zbor) şi nu în ultimul rând atacarea sediului CIA din Fairfax County, statul Virginia, cu un avion plin cu explozibil.

Finanţarea planului Bojinka a fost făcută, în principal, de Osama bin Laden şi cumnatul său Mohamed Jamal Khalifa. Mai exista o sursă de finanţare în Afganistan. Centrul de organizare a planului a fost la Manila (capitala Filipine). Acolo s-a discutat şi despre asasinarea preşedintelui Bill Clinton în timpul unei vizite, în 12 noiembrie 1994 (prin atacarea cu rachetă a avionului Air Force One). Yousef se ocupa cu pregătirea bombelor în apartamentul închiriat în Manila. Înainte de startul planului Bojinka, teroriştii au făcut şi nişte teste cu bombe de capacitate mai mică. Astfel, au pus explozibil sub un scaun la un teatru filipinez şi într-un avion de linie din aceeaşi ţară. Au existat morţi şi răniţi la aceste „încercări” premergătoare.

Asasinarea papei Ioan Paul al II-lea trebuia să se facă prin intermediul unui sinucigaş purtând o bombă la piept, la 15 ianuarie 1995. Teroristul urma să poarte veşminte clericale catolice. Faza a doua, atacul cu bombă asupra celor 11 avioane, trebuia să se desfăşoare prin explozii deasupra Oceanului Pacific şi Mării Chinei de Sud. Numărul estimat al victimelor era de peste 4.000, mult mai mare decât cel al atacurilor din 11 septembrie. Faza a treia, atacul asupra sediului CIA din Fairfax County, ar fi fost opera lui Abdul Hakim Murad, care trebuia să deturneze sau să cumpere un avion Cessna (dimensiuni reduse, aparat destinat mai mult transportului oamenilor de afaceri). Avionul trebuia umplut cu explozibil şi dirijat către sediul CIA.

Planul Bojinka nu a mai fost pus în aplicare, din cauza unui incendiu accidental izbucnit în bucătăria apartamentului închiriat de terorişti. Intervenţia pompierilor din Manila şi apoi a poliţiei (din cauza substanţelor suspecte descoperite) au condus la prinderea mai multor capi ai planului. La faţa locului s-au găsit multe elemente necesare desfăşurării acţiunilor teroriste, inclusiv în memoria calculatorului. Mărturisirile lui Abdul Murad au fost ulterior complete.

Pregătire pentru 11 septembrie

Anchetatorii americani au făcut, după mai mulţi ani, legătura directă cu organizaţia Al-Qaeda şi au apărut mai multe documentare şi cărţi referitoare la faptul că planul Bojinka a fost unul premergător atacurilor de la 11 septembrie 2001. Unul dintre principalii lideri ai planului din 1995, Mohamed Jamal Khalifa, fusese implicat în bombardarea World Trade Center, în 1993. El a fost ucis în 2007, în Madagascar.

Împăratul Taisho al Japoniei

Fotodocument

Al 123-lea împărat al Imperiului Japonez a fost Taisho, tatăl lui Hirohito şi bunicul actualului împărat Akihito. Fotografia îl imortalizează în costumul de Cavaler al Ordinului Jartierei. Legăturile dintre Japonia şi Regatul Unit al Marii Britanii au fost consolidate în acea epocă prin Alianţa anglo-japoneză fondată la 30 ianuarie 1902. Această alianţă s-a desfiinţat în 1923, iar ulterior, în cel de-al Doilea Război Mondial, cele două ţări au fost inamice. Domnia lui Taisho s-a desfăşurat între 1912 şi 1926, când a murit de pneumonie la 47 de ani.

Scurte povestiri cu memorie lungă

Lupta lui Churchill cu el însuşi

A trăit 91 de ani, a fost de două ori prim-ministru, Fundaţia Nobel i-a acordat Premiul său pentru literatură (în 1953), deşi a scris un singur roman. A avut purtări controversate şi intuiţii geniale. Marea Britanie a ieşit cu fruntea sus din al Doilea Război Mondial datorită lui. Uimind meDicii din preajma sa, „Leul” sau „Buldogul cu trabuc” a suferit şase atacuri cerebrale în decurs de nouă ani, dar a supravieţuit şi a continuat să-şi scrie memoriile de război la masa de pe care nu lipseau paharul de whisky şi ţigările de foi.

Două categorii de enumerări l-ar putea defini foarte precis (în opinia noastră) pe omul Winston Churchill: prima ar fi aceea a celor peste treizeci de cărţi de memorii, discursuri şi istoriografie publicate între 1898 şi 1962, multe dintre acestea având între două şi şase volume. Cea de-a doua „listă” interminabilă ar putea conţine toate atacurile cerebrale şi de inimă, deficienţele motorii, de vorbire şi acuitatea vizuală din ce în ce mai precară cauzată de arterioscleroză.

Secretul longevităţii şi muncii incredibile depuse de Sir Churchill mai are o componentă deosebit de importantă: „umbra” numită Lord Moran, medicul care l-a luat în primire în 1940 şi care s-a luptat din răsputeri atât cu bolile lui, cât şi cu încăpăţânarea unui munte de om (de care nu s-a mai s-a mai despărţit până în 1965, când „Leul” s-a refugiat în neant).

Unul din cele mai dificile momente ale acestui devotat doctor a fost acela în care l-a sfătuit pe Sir Winston să demisioneze — în 1953, pe când îşi exercita al doilea mandat de prim-ministru. Churchill suferise al treilea atac cerebral. Memoria îi făcea din nou farse, iar pronunţia i se împletica deseori şi vedea din ce în ce mai greu. Oamenii politici englezi sunt îngrijoraţi, iar Janet se luptă zadarnic cu soţul ei. „Buldogul cu trabuc” nu se dă bătut. Va mai rezista doi ani în funcţia supremă, demisia intervenind abia în aprilie 1955.

De la Downing Street nr. 10 (reşedinţa prim-miniştrilor britanici), Sir Winston Churchill se retrage, în sfârşit, la castelul său medieval de la Chartwell, comitatul Kent. Nepotolit, cu pumnul de medicamente în buzunar, el primeşte vizite peste vizite şi nu uită niciodată că după masă, gustul whisky-ului şi aroma trabucului sunt mai delicioase...

Primul Colosseum

În centrul fostei regiuni galeze Arelate, se află foarte bine conservat un precursor al celebrului Colosseum din Roma. Impunătorul edificiu a fost durat la ordinul lui Iulius Cezar, în prima jumătate a secolului I î.Ch. Elementele arhitectonice de bază sunt aceleaşi, are două etaje de portaluri, iar modul de aranjare a tribunelor respectă aceleaşi principii ale stratificării sociale. Destinaţia era identică: în arena amfiteatrului se defăşurau lupte între gladiatori (se spune că cei mai valoroşi proveneau din Grecia), lupte cu animale sălbatice şi curse de care trase chiar şi de tigri şi lei.

Al doilea Colosseum, cel faimos în întreaga lume, a fost construit la Roma la finele secolului I d.Ch., sub dinastia Flavilor. Acesta are trei etaje de portaluri, iar deasupra tronează un imens perete decorativ.

Pagină realizată de **PAUL IOAN**

Astăzi în istorie

23 aprilie 1348

Fondarea Ordinului Jartierei

Cel mai prestigios ordin cavaleresc din Anglia şi, în general, din Marea Britanie, este Ordinul Jartierei, fondat în mod oficial la 23 aprilie 1348 de către regele Edward al III-lea al Angliei. În ceea ce priveşte prestigiul social în Anglia, acest ordin este pe locul trei, după „Crucea reginei Victoria” şi „Crucea regelui George”. Ordinul Jartierei este dedicat Sfântului Gheorghe, patronul spiritual al Angliei.

Cu Ordinul Jartierei sunt onoraţi suverani ai Commonwealth-ului, dar numărul total de membri este limitat la 24. Întotdeauna, noii membri sunt anunţati la 23 aprilie. Emblema ordinului este o broşă în formă de jartieră, pe marginea căreia este înscris motto-ul sau deviza: „Honi soit qui mal y pense” (în franceza veche, cu traducerea liberă: „Ruşine celui ce gândeşte de rău despre

aceasta”... Iniţierea acestui ordin cavaleresc are drept sursă două legende. Cea mai romantică şi mai acceptată de public este cea în care este implicată contesa de Salisbury. Regele Edward al III-lea s-ar fi îndrăgostit nebuneşte de ea, după ce printr-o intervenţie armată ar fi salvat-o de la moarte. Contesa se afla în Castelul Wark asediat de trupe scoţiene. Era anul 1431. Ulterior, la un mare bal la Londra, jartiera contesei ar fi căzut, iar regele a ridicat-o şi i-a dat-o înapoi, spunând cuvintele care au devenit ulterior deviza ordinului. O altă legendă spune că regele Edward al III-lea ar fi inventat acest detaliu al armurii cavalereşti pe vremea când pretindea tronul Franţei. El s-ar fi inspirat după un element al ţinutei regelui Richard I, purtat în timpul cruciadelor.

Curând după înfiinţarea Ordinului Jartierei, sub influenţa femeilor din anturajul regal, a fost promovat şi titlul de „Lady of the Garter” (Doamnă a Ordinului Jartierei), fără obligaţia ca soţii lor să devină automat membri. Unii suverani au respectat regula, alţii nu. Astfel, prima „Lady” a fost Margaret Beaufort, mama lui Henry al VII-lea. Din anul 1987, conform dispoziţiei reginei Elizabeth II, pot deveni membre şi soţiile membrilor ordinului.

O altă abatere de la regulă fusese introdusă de regele George al III-lea, prin care din ordin puteau face parte şi „membrii supranumerar”. Un exemplu special este împăratul Akihito al Japoniei, unicul membru necreştin şi care are titlul de „Stranger Knight”. Ceremoniile de acceptare a noilor membri se desfăşoară la Capela Sf. Gheorghe a Palatului Windsor.

Fenomene aerospaţiale neidentificate

OZN-urile, ştiinţa şi lumina de sub felinar

Circulă pe internet o alegorie comică genială, care caricaturizează prejudecăţile inerente în multe tipuri de cercetare ştiinţifică. Alegoria are nenumărate forme şi, chiar dacă uneori îmbracă haine moderne, s-a dovedit că este foarte veche.

Înniște benzi desenate din Anglia anilor 1920, este înfăţişat un om beat, în patru labe, căutând atent ceva pe jos, în apropierea unui felinar. Un ofiţer de poliţie care îl vede îl întreabă ce anume face. Cherchelitul îi răspunde că este în căutarea cheilor sale. Ofiţerul îl ajută pentru câteva minute, fără succes, după care întreabă omul dacă este sigur că şi-a pierdut cheile lângă felinar. „Nu", răspunde acesta, „mi-am pierdut cheile undeva pe drum". „Şi atunci de ce le cauţi aici?" întreabă ofiţerul surprins şi iritat. „Pentru că aici lumina este mult mai bună", răspunde beţivul cu aplomb.

Povestea apare şi pe 24 mai 1924, într-un ziar din Massachusetts, cu un decor din Boston. Un ofiţer de poliţie vede, în miez de noapte, un om în genunchi pipăind pământul şi-l interpelează pentru comportamentul său neobişnuit. Cel întrebat se explică: „Am pierdut o bancnotă de doi dolari undeva, în jos, pe Atlantic Avenue". „Nu înţeleg" spune ofiţerul nedumerit. „Ai pierdut o bancnotă de doi dolari pe bulevardul Atlantic? Atunci de ce scotoceşti aici, în Piaţa Copley?" „Pentru că" — spune bărbatul, în timp ce se întoarce şi îşi continuă căutarea în patru labe — „aici, sus, lumina e mult mai bună".

Pe 2 octombrie 1924 povestea a fost reluată într-un ziar din Pennsylvania, cu un decor plasat pe Hollywood Boulevard din California. În primele ore ale dimineţii, un poliţist se apropie de un britanic evident „trotilat", care strânge în braţe un felinar, cu ochii pironiţi în jos. Poliţistul îl întreabă: „Ce s-a întâmplat, frate?" „E lucrul cel mai st'ordinar, dar am pierdut o bancnotă de un dolar şi afurisitu' nu-l găsesc". Rezultă apoi că l-a pierdut pe *„Shunset boulvar"*, dar lumina e mai bună aici.

Poveşti cu bacnote pierdute

Anecdota reapare în 1925 într-un ziar din New York, cu acţiunea plasată în Manhattan, în lumina strălucitoare a intersecţiei dintre Broadway şi strada a treizeci şi cincea. Beţivul care se târa îşi căuta ceasul pierdut pe strada a douăzeci şi treia. În 1927 povestea e plasată tot pe Broadway, cu cineva căutând un bănuţ pierdut pe o altă stradă. Gluma va fi reluată în 1932 într-o revistă pentru cercetaşi, apoi în 1942 ea a apărut într-un episod al unei populare benzi desenate. Tot în 1942, într-un film francez, a fost inclusă o scenă cu o versiune a glumei. Obiectul căutat era acum o cutie de chibrituri. În 1945 Evan Esar, un colecţionar harnic de citate şi anecdote a inclus o versiune a poveştii în culegerea sa *„Esar's Joke Dictionary"*, iar ceea ce se căuta era o monedă de un sfert de dolar.

În 1954, celebrul psiholog Abraham Maslow, face o trimitere la această glumă în cartea sa „Motivaţie şi personalitate". El scrie: „Acest lucru trebuie să ne amintească de celebrul beţiv care îşi căuta portofelul nu unde l-a pierdut, ci sub felinar, «pentru că lumina este mai bună acolo», sau de medicul care dădea tuturor pacienţilor săi leac pentru convulsii, deoarece era singura boală despre care ştia cum se vindecă". În 1956 un editorialist canadian a adaptat anecdota pentru cei ce prospectau orbeşte pentru uraniu în Canada, ea fiind reluată ulterior de mulţi alţii...

Anecdota este însă mult mai veche. De pildă, ea apare printre isprăvile lui Nastratin Hogea. Într-o traducere din persană în engleză, intitulată *„Classic tales of Mulla Nasreddin"*, scrie că Nasreddin şi-a pierdut inelul în camera de zi. El l-a căutat un timp, dar pentru că nu l-a putut găsi, a ieşit în curte şi a început să se uite acolo. Soţia sa, care a văzut ce făcea, l-a întrebat: „Mulla, ţi-ai pierdut inelul în cameră, de ce-l cauţi în curte?" Mulla şi-a mângâiat barba şi a spus: „Camera este prea întunecată şi nu pot vedea foarte bine. Am ieşit în curte să-mi caut inelul, deoarece aici există mult mai multă lumină".

Unele tradiţii consideră că Nasrettin Hoca, cum îl cunosc turcii, a trăit în secolul XIII în Anatolia. Dar el este şi eroul naţional al uzbecilor, iar istorisirea isprăvilor sale se pare că a fost tradusă până şi în chineză. E adevărat, pe măsura trecerii timpului, această colecţie de isprăvi nu a încetat să se îmbogăţească, prin contaminarea cu eroi populari ai altor culturi. Aşadar, nimeni nu ştie când a apărut pentru prima oară istoria cu inelul său, dar probabil că ea este foarte veche.

Permanenţa acestei anecdote şi a avatarurilor sale, de-a lungul secolelor, arată că bunul simţ popular a simţit, în tot acest timp, nevoia de a sancţiona un anumit mod prostesc de gândire. Dar acest mod de gândire caracterizează — din păcate — şi unele abordări ştiinţifice actuale.

Sunt suficiente în acest sens două exemple. Primul este acela că cercetarea ştiinţifică recunoaşte existenţa unui fenomen, doar dacă el poate fi *observat*, în condiţii rezonabile, de orice sceptic, sau dacă poate fi *reprodus* în laborator.

Uneori se impune chiar şi cerinţa de a efectua asupra fenomenului *măsurători* repetabile.

Multe fenomene însă nu îndeplinesc aceste condiţii. Există locuri îndepărtate din Univers, inaccesibile instrumentelor noastre, există poate universuri paralele sau „multiversuri", poate o lume subcuantică, una a unor energii imposibil de atins cu instalaţiile din laboratoarele noastre. Dar sunt indicii că ar putea să existe şi o lume eterică sau una spirituală... Dacă cineva spune că a făcut o observaţie care se încadrează într-o astfel de realitate, ştiinţa oficială va taxa totul drept iluzii sau aberaţii.

Există şi multe fenomene rare, în parte naturale, despre care ştim din mărturii, dar pe care nu le putem observa când vrem şi nici nu le putem aduce în laborator. În plus, există o întreagă lume, care ar putea fi numită a *sinelui* sau a introspecţiei, o lume a realităţii interne a spiritului, de la percepţii, revelaţii, sau intuiţii, până la fapte complexe de conştiinţă. Ceea ce declară un om că a simţit în sinea sa nu se poate supune, cel puţin deocamdată, unei observaţii independente, deci rămâne suspect pentru ştiinţă.

O mare provocare rămân voinţa şi liberul arbitru al oamenilor, lumea în care strategiile şi tacticile se schimbă permanent şi imprevizibil; aici nu eşti niciodată sigur că ceea ce a fost adevărat azi va mai fi şi mâine. Iar în această lume sălăşuieşte toată *creaţia* umană, cea care produce o realizare sau o idee la care nimeni nu s-a gândit înainte. E un proces pe care teoriile ştiinţifice nu-l pot aborda. Ele sunt obişnuite să ofere — plecând de la statistici şi inducţii asupra adevărurilor lumii reale — legi şi formule ferme, în vederea unor previziuni corecte (şi eventual pentru optimizarea activităţilor). Dar fenomenele voluntare nu pot fi prevăzute prin relaţii cauză-efect, prin ecuaţii matematice şi cu atât mai puţin prin cele utilizate de mecanică. Cum credem oare că am putea construi o ştiinţă a *irepetabilului* şi a *imprevizibilului*? Cum am putea culege date (să zicem statistice) asupra unor fenomene care nu se repetă niciodată? Şi, mai ales, cum am putea face previziuni asupra unor fenomene imprevizibile?

Fenomene pe care ştiinţa nu le poate aborda

În concluzie, există multe fenomene, foarte importante, care se petrec în jurul nostru, dar care nu pot fi observate la dorinţa oricărui sceptic, nu pot fi reproduse în laborator ş.a.m.d., deci fenomene pe care ştiinţa nu le poate aborda. Între acestea sunt şi cele privind OZN-urile. Deşi sute de mii de martori relatează observaţii, cu multe trăsături care coincid, observaţiile respective pur şi simplu nu există pentru ştiinţă. Explicaţia este *„efectul de felinar"*, întrucât oamenii de ştiinţă nu doar că refuză să cerceteze în afara terenului ferm şi „bine luminat" al fenomenelor reproductibile, dar adesea chiar neagă că ar exista şi altceva în afara acestora, ignorând astfel multe observaţii şi mărturii care, prin consecinţele lor, ar fi poate mai importante pentru viitorul nostru.

Un al doilea exemplu, de fapt un caz particular al primului, este cel al proiectelor SETI. Astronomii au căzut de acord că Universul observabil este mult prea mare pentru ca să nu existe în el şi alte civilizaţii în afara celei pământeşti. Dar „efectul de felinar" acţionează şi aici. De 55 de ani, prin proiectele SETI, se cheltuiesc sume importante de bani pentru a descoperi, cu radiotelescoapele, un semnal venind de la o civilizaţie extraterestră. Iniţial s-a pariat pe anumite frecvenţe, apoi gama de frecvenţe investigată a fost extinsă. În acelaşi mod, zonele ţintite au devenit tot mai îndepărtate. Deocamdată nu s-a descoperit nimic, în afara unor semnale neconcludente, dar cercetările continuă.

În acest timp nimeni nu s-a gândit că o civilizaţie care ne-a depăşit în evoluţie cu (doar) câteva milenii (deşi probabil unele ne-au depăşit cu milioane, dacă nu cu sute de milioane de ani) ar putea să folosească alte medii de comunicare decât undele radio. Adepţilor SETI nu le trece prin cap nici faptul că aceste civilizaţii ar putea fi chiar aici, sub nasul nostru, între altele sub forma OZN-urilor. Şi asta, deoarece teoria relativităţii a lui Einstein spune că niciun corp material nu poate depăşi viteza luminii. Dar va fi oare această teorie suverană şi peste (doar) câteva milenii (ca să nu vorbim de milioane de ani)? Nu se va mai descoperi, până la sfârşitul lumii, nimic altceva, nicio modalitate de a călători altfel; fie şi — să zicem — în spirit?

Iar între timp, cercetătorii continuă să caute, neabătut, sub „felinarul" undelor radio şi al teoriei relativităţii, pentru că „aici se vede mult mai bine", în timp ce adevăruri esenţiale pentru omenire ar putea să ne aştepte în cu totul altă parte.

Pagină realizată de
DAN D. FARCAŞ

Obiective turistice...

DE GROAZĂ

Există, în sensul direct al cuvântului, locuri foarte cunoscute care atrag un număr impresionant de turişti, însă nu neapărat datorită frumuseţii peisajului, valorii culturale, istorice ori de altă natură, ci efectiv prin frica împinsă la paroxism cauzată de relatări autentice ori legende de ce stârnesc fiori reci.

Pentru că, să recunoaştem, fiinţa umană a fost mereu atrasă până la hipnotizare de morbid, de cruzimea extremă, de teroarea paroxistică, fie ea şi indusă de elemente nevăzute, nepalpabile, ci numai de roadele unei imaginaţii întunecate fecunde. Publicaţia on-line „World of Female" a realizat un clasament neoficial al celor mai terifiante asemenea amplasamente, care, deloc paradoxal, sunt asaltate de vizitatorii însetaţi de adrenalină de sorginte horror.

La fel ca sub toate marile şi mai măruntele oraşe ale lumii, şi ***Parisul*** are reţeaua sa de catacombe, mai mult sau mai puţin cunoscute, mai mult sau mai puţin dătătoare de groază. Ceea ce nu prea se ştie despre acestea — estimate în cazul de faţă, ca lungime totală, la vreo 280 de kilometri! — este că ar adăposti un osuar imens. Există şi o explicaţie istorică pentru acest amănunt (turistic?) mai greu de „digerat".

Cu secole în urmă, pentru extinderea teritorială a capitalei franceze, a fost nevoie să se dezafecteze, pur şi simplu, numeroase cimitire din zonele mărginaşe. Închipuiţi-vă că în jur de 6 milioane de cadavre, în marea lor majoritate oseminte dezarticulate, au fost transferate laolaltă în galeriile unei foste mine, amenajate special pentru acest lucru. Ca arie, osuarul faraonic ocupă doar o mică parte din catacombele pariziene, dar faima sa funebră s-a răspândit rapid, în special după ce a fost deschis publicului în 1876, ca un veritabil Imperiu al Morţii.

Şi nu numai pentru insolitul absolut al locaşului, ci şi datorită unor întâmplări relatate chiar de unii dintre amatorii de senzaţii tari pătrunşi înăuntru. Ei declarau că au simţit energii extrem de ciudate, ameninţătoare, în timpul vizitelor în catacombe, că s-au simţit urmăriţi de entităţi nevăzute sau chiar că au zărit fantome. Şi mai terifiant decât atât, mai multe persoane care s-au aventurat în tunel nu ar mai fi ieşit la lumină...

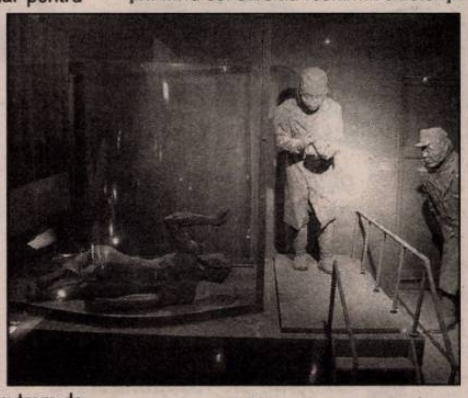
Celebrul şi semeţul ***munte Fuji*** nu reprezintă doar o emblemă naturală şi mândria Japoniei, ci şi, într-o anume arie împădurită, sălbatică, numită Aokigahara, o zonă crepusculară asupra căreia guvernează forţe malefice care îşi iau permanent, nesăţioase, tributul de vieţi omeneşti. La poalele lui Fuji, în partea de nord-vest, pe o suprafaţă de 35 de kilometri pătraţi, se întinde pădurea supranumită şi „Marea de Copaci".

Supranumită, deloc ispititor, „una dintre cele şapte porţi spre Iad", Aokigahara este locul în care aproximativ 500 de persoane se sinucid în fiecare an. Japonezii spun că pădurea este posedată de monştri şi alte creaturi bizare, dar şi că în desişurile ei greu de străbătut se petrec numeroase fenomene paranormale. În plus, din cauza depozitelor mari de fier, busolele turiştilor ce se aventurează în inima pădurii se defectează, lăsându-i să rătăcească în direcţii greşite.

Uneori, şi nu în cazuri rare, se spune că amatorii de aventuri sinistre şi curioşii au dispărut pentru totdeauna. Există numeroase mărturii, deloc plăcute, potrivit cărora pur şi simplu mergând prin pădure rişti să te împiedici de un cadavru sau că, dacă nu cunoşti bine cărările ce te pot scoate la liman după ce te saturi de drumeţie, şi o iei aiurea prin hăţişuri, nu mai ai nicio şansă de întoarcere printre cei vii!

Unitatea 731 Experimentation Camp, Harbin (Manciuria — China), a găzduit activităţi de cercetare şi dezvoltare a armelor biologice întreprinse de armata japoneză. În timpul celui de-al doilea război dintre Republica China şi Imperiul Japonez (1937-1945), medicii militari niponi au realizat aici o serie de experimente umane secrete de o atrocitate inimaginabilă, ce au dus la moartea a sute de mii de persoane.

Prizonierilor le erau injectate virusuri care le provocau boli precum holera şi ciuma bubonică, iar alţii erau supuşi intervenţiilor chirurgicale fără a li se face anestezie. Cu un asemenea istoric, locul a fost catalogat unul dintre cele mai terifiante din lume, nu puţini fiind cei care au reclamat existenţa



unor energii bizare sau a unor fenomene paranormale. De asemenea, când BBC a filmat aici un documentar, echipa de producţie a întâmpinat numeroase dificultăţi cu luminile, din cauza presupusei prezenţe a fantomelor.

O lume a tenebrelor, un univers ascuns, dar nu de puţine ori camuflat parţial în noi înşine, astfel că e greu de spus când şi sub ce formă îşi va întinde tentaculele către ucenicul vrăjitor care va depăşi graniţele tărâmului interzis.

ADRIAN-NICOLAE POPESCU

E bine de ştiut

Sunt numeroase studiile care confirmă calităţile deosebite ale unei leguminoase ce nu ar trebui să lipsească din meniurile zilnice. Este vorba despre ţelină. Despre anumite substanţe active din ţelină, şi anume compuşii acetilenici, se spune că ar stopa creşterea tumorilor, iar cumarinele ar avea un rol important în prevenirea proceselor de malignizare. Este motivul pentru care se recomandă atât pentru prevenire, cât şi ca adjuvant contra afecţiunilor tumorale, consumul de ţelină proaspătă, sub formă de salată, câte 50 g pe zi.

Alte cercetări au demonstrat că salatele de crudităţi cu multă ţelină sunt un adevărat elixir în tratarea supraponderalităţii, a problemelor dermatologice, dar şi a retenţiei de apă în corp. Această legumă are efecte diuretice, ajutând la eliminarea excesului de apă din ţesuturi şi la o eficientă „topire" a

Clorofila diminuează stresul

grăsimilor. De asemenea, frunzele de ţelină consumate zilnic (40-70 g) reduc reactivitatea la stres, fiind totodată de mare ajutor pentru combaterea aşa-numitelor „accese de foame", care apar frecvent la obezi, mai ales în condiţii de tensiune emoţională.

Salatele cu multe frunze şi peţiol de ţelină, consumate zilnic, întineresc pielea, făcând-o mai elastică, mai luminoasă şi mai netedă. Datorită conţinutului său de clorofilă şi de siliciu organic, ţelina este folosită şi ca tonic pentru păr şi unghii.

Sucul de rădăcină de ţelină este foarte potrivit în cazul în care doriţi să scăpaţi de câteva kilograme sau să realizaţi o uşoară detoxifiere a organismului.

Timp de trei săptămâni, cu o jumătate de oră înainte de micul dejun şi de masa de prânz, beţi câte 100 ml de suc de rădăcină de ţelină, proaspăt preparat. Prin proprietăţile sale de detoxifiere, diuretice şi depurative, ţelina ajută la eliminarea apei şi a grăsimilor din organism, cu efecte directe asupra obezităţii şi celulitei. De asemenea, este un foarte bun remineralizant, revitalizant şi tonic general.

Dr. VALERIU MANTA

Dungi, broderii şi imprimeuri florale

Pentru vara 2015, creatorii de modă speră ca femei-cameleon care dormitează în fiecare frumoasă a planetei să se trezească. Şi să poarte cu nonşalanţă rochii în dungi, gen marinar, albastru cu alb sau roşu cu alb, sau pantaloni, dar şi cămăşi din denim. Continuă să fie în vogă rochiile sau fustele ajurate, capabile să devoaleze trupul cu subtilitate.

Dosarele frumuseţii

4 soluţii rapide

Dacă într-o dimineaţă, privindu-vă în oglindă, vi se pare că tenul şi-a pierdut din strălucire, chipul a devenit tern şi cearcănele s-au adâncit, aveţi la îndemână câteva soluţii rapide de împrospătare şi revitalizare a pielii.

1 Una dintre aceste soluţii este masajul cu cuburi de gheaţă. Acesta înviorează aspectul tenului, dezumflă pungile de sub ochi şi înlătură oboseala. De asemenea, masajul tonifiază faţa şi închide porii. Pentru ca beneficiile acestui masaj să fie maxime puneţi la îngheţat ceai din plante: de muşeţel, de gălbenele, de tei sau ceai verde.

2 Câteva felii reci de castravete aplicate pe ochi vor estompa cearcănele, vor calma şi hidrata pielea. Acesta este un remediu excelent după o noapte în care nu v-aţi odihnit suficient. Pungile de sub ochi se vor dezumfla şi aspectul pielii se va îmbunătăţi rapid. Remediul acesta ar trebui repetat câteva zile la rând pentru a obţine rezultate eficiente.

3 Apele florale au efect regenerator, susţinând refacerea pielii. Apa de trandafiri şi cea de mentă sunt cele mai potrivite pentru îngrijirea tenului obosit, tern şi lipsit de energie. Se folosesc ca atare, aplicându-se pe ten cu o dischetă de demachiat. Efectul? Împrospătează, calmează diverse iritaţii, tonifică şi redau tenului strălucirea naturală.

4 În cazul unui ten obosit, efect benefic au şi uleiurile naturale din sâmburi de caise, cel de morcovi sau uleiul de susan. Acestea întineresc aspectul tenului, previn îmbătrânirea şi redau luminozitatea şi o culoare naturală pielii.

Pentru dumneavoastră, doamnă

Sensibilitatea... pietrelor preţioase

Pentru dr. Gérard Cazals unele dintre pietrele semipreţioase nu numai că sunt mai frumoase decât tablouri lucrate de pictori celebri, dar nu sunt insensibile. La fel ca plantele, animalele sau oamenii, ele reacţionează la mediul înconjurător.

Acest lucru nu ar trebui să surprindă, pentru că energia este sursa tuturor fenomenelor. De aici, îndemnul de a învăţa să simţim energia subtilă a pietrelor şi să le găsim pe acelea ce ar fi talismanul fiecăruia.

Aşadar, pietrele au mult mai mult decât o valoare ornamentală: ele sunt vii. Ele degajă energie şi fiecare are chiar personalitatea ei. Şi, mai ales dacă se aleg corect, ele ne pot ameliora viaţa cotidiană prin simpla prezenţă sau prin contact.

Să recunoaştem, este o abordare într-un fel surprinzătoare şi chiar dacă nu intenţionaţi să vă priviţi brăţara sau colierul ca pe o fiinţă, merită să urmărim argumentarea dr. Gérard Cazals.

„În Univers nimic nu este inert. Noi am împărţit în mod artificial totul în două categorii: fiinţe şi lucruri. Dar totul este energie. Materia însăşi este energie şi mişcare. Fizica modernă nu a scos în evidenţă, dar medicii chinezi sau indieni ştiau de milenii că materia emite unde. Nu este greu să reperăm energia unei plante. Pădurea este vie, înverzeşte, se usucă. Ei bine, şi pietrele se transformă. Chiar dacă nu le percepem întotdeauna spontan, ele operează schimburi energetice cu mediul. Pentru a explica energia unei pietre, mai întâi trebuie cercetată formarea lor: unele sunt pietre eruptive, vulcanice, altele, roci sedimentare, dar fiecare s-a format în urma unei puternice presiuni energetice".

Mai trebuie spus că forma pietrei are o influenţă asupra energiei pe care o degajă. Sfera şi piramida au efecte benefice. Dar, în cazul piramidei, când se taie piatra, unghiul favorabil este cel de 51 de grade. Piramida lui Kheops are un astfel de unghi, care garantează proporţii estetice şi o acţiune armonizantă.

Şi originea pietrei are importanţa sa. De exemplu, toate varietăţile din familia cristalului de stâncă au aceeaşi duritate. Dar pietrele din India răspândesc o energie blândă, ca piatra Lunii, considerată sacră.

Este interesant de aflat cum ne pot influenţa pietrele. „Putem resimţi o afinitate cu o anume piatră, susţine dr. Gérard Cazals. Unele persoane, demonstrând o rezonanţă particulară, au reacţii puternice faţă de pietrele pe care le iau în mână. În general, efectul produs este pozitiv, dar la fel de bine se poate produce o aversiune pentru o piatră".

Cum ar trebui să ne alegem pietrele care ne însoţesc zilnic? Dacă simţim o atracţie puternică pentru o piatră şi avem tendinţa de a funcţiona intuitiv, se recomandă „să respectăm intuiţia". Alte detalii, la fel de interesante, cu acelaşi subiect, săptămâna viitoare.

Gastronomice

Salată cu baby spanac

200 g baby spanac, o salată iceberg, 100 g rucola, o jumătate de avocado, suc de lămâie, 5 feliuţe praz, 3 roşii cherry, coriandru proaspăt, seminţe de in, dovleac şi floarea-soarelui, câteva bobiţe de muştar, frunze de busuioc, 200 g brânză tăiată cubuleţe, 4 felii prosciuto.

Frunzele de salată şi cele de spanac se spală şi se lasă la scurs bine. Frunzele de salată se taie după preferinţă, se pun într-un bol şi se adaugă celelalte ingrediente. Feliile de prosciuto se călesc uşor într-o tigaie, apoi se scurg şi după ce s-au răcit se adaugă peste salată. La final se pune şi fructul de avocado, se adaugă zeama de lămâie şi se potriveşte de sare, oţet balsamic şi puţin ulei.

File de somon cu piper roşu şi lămâie

1 file somon de 700 g, o lămâie mare, 50 g piper roşu, o lingură amestec ierburi pentru peşte, 2-3 linguri ulei de măsline, sare.

Se spală fileul şi se usucă bine cu un şervet. Se stropeşte cu zeamă de la jumătate de lămâie. Se presară amestecul de ierburi peste peşte, se asezonează cu sare şi se presară boabe de piper roşu. Se lasă 10 minute să se pătrundă aromele, se pun deasupra două linguri cu ulei de măsline, se împachetează în folie de aluminiu şi se pun pe grătarul încins, uns cu o lingură de ulei. După ce se lasă aproximativ 3-4 minute pe fiecare parte, se scoate din folie, se stropeşte cu zeama de la jumătatea de lămâie rămasă şi se pune pe grill 1-2 minute pe fiecare parte. Nu se lasă mai mult, pentru că se va usca şi va deveni sec. Se serveşte cu lămâie, sos de usturoi, sos de iaurt sau sos remoulade.

Ceafă de porc în sos de smântână

6 bucăţi ceafă, sare, piper, o linguriţă boia iute, 100 ml smântână, mărar, pătrunjel.

Bucăţile de ceafă se sărează, se piperează şi se dau la frigider pentru o oră. După aceea se pun la prăjit în puţin ulei, lăsând-o să se călească pe ambele părţi. Se scoate carnea, iar în uleiul încins se încorporează o linguriţă de boia iute. Se pune din nou carnea şi se adaugă o ceşcuţă cu apă. Se lasă să fiarbă aproximativ 15 minute. La sfârşit se încorporează şi smântâna în sos şi se mai dă în câteva clocote. Se presară mărar şi pătrunjel tocat şi se ia de pe foc.

Prăjitură cu mere

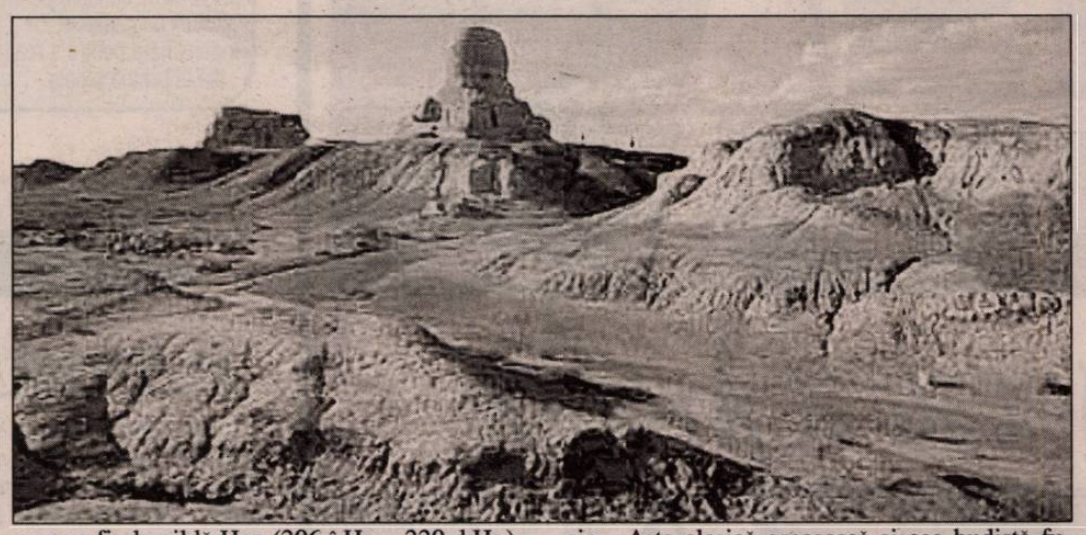
O cană fulgi de ovăz, o cană lapte de soia, o lingură miere, 2 mere rase, ulei, seminţe de in, seminţe de susan, o mână de stafide, esenţă de vanilie.

Se amestecă fulgii de ovăz cu laptele de soia, peste care se pun, pe rând, stafidele, semintele, mierea, esenţa de vanilie, un strop de ulei şi merele. Se lasă compoziţia o jumătate de oră, pentru a se înmuia fulgii de ovăz, după care se întinde compoziţia într-o tavă în care s-a pus hârtie de copt unsă cu puţin ulei. Se introduce în cuptorul bine încins şi se lasă la cuptor aproximativ 40-50 minute, până se rumeneşte bine.

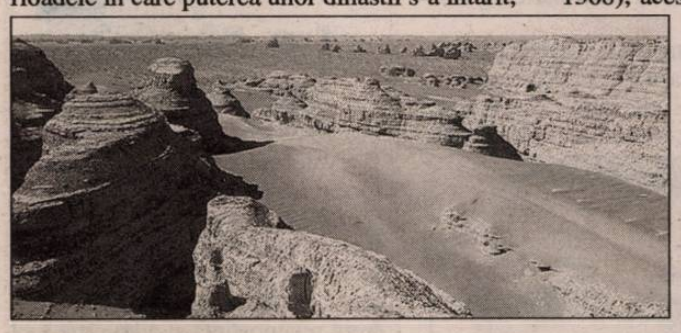
Pagină realizată de ECATERINA BĂTRÂNEANU

Oraşe sub nisip 2

Dezvoltarea comerţului, odată cu „deschiderea" Drumului Mătăsii, a permis populaţiilor din deşertul Taklamakan, din vestul Chinei, să construiască numeroase cetăţi cu fortificaţii puternice, părăsite de-a lungul timpului şi înghiţite de nisip.



Pentru a asigura aprovizionarea caravanelor a fost instituit un adevărat regim, dur, de administraţie colonială. S-a dezvoltat agricultura pe terenuri confiscate, mâna de lucru constituind-o prizonierii, condamnaţii, micii funcţionari acuzaţi de delicte minore, negustori prinşi cu ocaua mică sau cei care se infiltraseră în pieţe fără a avea autorizaţie, împreună cu familiile lor. O armată de lucrători. Indisciplina era aspru pedepsită, culminând cu execuţii ad-hoc. În perioadele în care puterea unor dinastii s-a întărit, cum ar fi, de pildă Han (206 î.Hr. – 220 d.Hr.), Tang (618-907) sau cea mongolă, Yuan (1279-1368), acestea au anexat tot mai multe regate, economia devenind tot mai prosperă datorită comerţului asigurat de caravane pe Drumul Mătăsii.



Cele mai prospere şi riguros organizate oaze-cetate erau Kashgar şi Yarkand în care aveau loc importante schimburi comerciale. Funcţionau serviciile guvernamentale, vămi, antrepozite, magazine... Pe lângă statutul de centre comerciale au dobândit şi prestigiu cultural şi religios, datorită influenţelor covârşitoare ale celor veniţi din India, Grecia, Persia... Arta clasică grecească şi cea budistă fuzionează stilistic, dând naştere artei Gandhara, marcată de statui reprezentându-l pe Buddha cu nasul drept, păr ondulat, îmbrăcat în togă cu pliuri de inspiraţie elinistică.

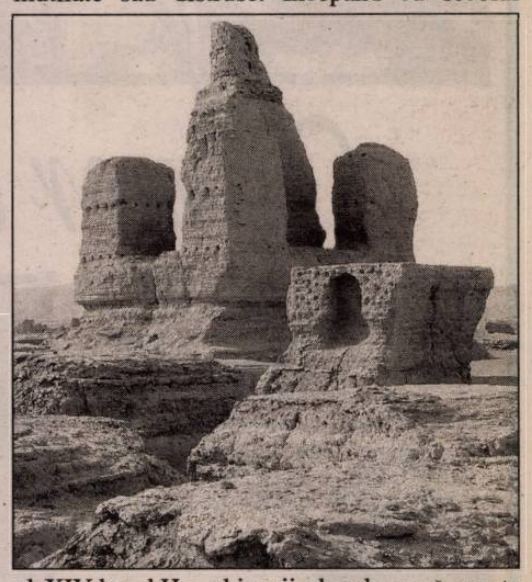
Budismul, apărut în India, s-a impus în centrele comerciale începând cu secolul al III-lea d.Hr. în oazele aflate pe Drumul Mătăsii. Familiile locale bogate, negustorii, pelerinii etc. dornici să intre în graţia zeilor pentru a fi protejaţi de boli, necazuri şi nu în ultimul rând de pericolele la care se expuneau în timpul periplurilor lungi, finanţează cu generozitate construcţia de temple şi mănăstiri.

Începând cu secolul al VI-lea d.Hr., manihenii expulzaţi din Persia şi creştinii nestorieni acuzaţi de erezie în Imperiul Bizantin, care ajung în aceste oaze-cetăţi în care s-a impus budismul, se bucură de o relativă libertate de cult.

Cea mai mare influenţă culturală şi religioasă au exercitat-o în cetatea Karakhoja, a cărei incintă, străjuită de fortificaţii din argilă, cu o înălţime şi grosime de aproximativ 11 şi respectiv 12 metri!, se întindea pe o suprafaţă de 5,5 km².

În interiorul cetăţii au fost descoperite ruinele unui palat şi o colecţie de manuscrise persane din secolele al III-lea – al VI-lea î.Hr., aduse, probabil, de nomazi care s-au stabilit în aceste locuri.

În timpul dinastiei Ming (1368-1644) majoritatea locuitorilor a fost convertită la islam. Statuile care-l reprezentau pe Buddha au fost mutilate sau distruse. Începând cu secolul



al XIV-lea d.Hr., chinezii abandonează aceste cetăţi, retrăgându-se în spatele Marelui Zid, în preajma râurilor şi a fluviilor.

Odată cu deschiderea căilor maritime frecventate de europenii care acostează pe ţărmurile Chinei, Drumul Mătăsii îşi pierde din importanţă, bazinul Tarin fiind condamnat la izolare.

DORIN MĂRAN

100 de locuri de văzut în România

Canionul Şapte Scări

Pe raza judeţului Braşov se află unul dintre cele mai frumoase monumente pe care natura le-a creat cu deosebită măiestrie: Canionul Şapte Scări. Pe lungimea de 160 de metri şi la altitudinea de 980 m, pe porţiunea vestică a Munţilor Piatra Mare se întinde un defileu săpat în calcar, ce dă naştere la nu mai puţin de şapte cascade, una mai spectaculoasă ca alta.

Dacă vreţi să vă convingeţi personal de acest lucru, nu vă rămâne decât să porniţi din de o oră, ajungeţi la destinaţie, iar de acolo nu vă rămâne decât să explorati frumuseţea locului, parcurgând, în aproximativ 30 de minute, canionul printr-un sistem de scări şi pasarele, nouă la număr, reabilitate în urmă cu doi ani. Cascada cea mai înaltă şi cea mai spectaculoasă are peste 35 de metri şi se varsă de-a lungul pereţilor de piatră colţuroşi. Traseul turistic este de o frumuseţe rară, datorată formaţiunilor calcaroase, dar şi cascadelor şi vegetaţiei foarte bogate.

De anul trecut, pentru a spori potenţialul turistic al zonei, funcţionează aici o tiroliană în lungime de 2,1 km, care porneşte de la altitudinea de 995 m, de la baza canionului până la capătul drumului forestier Şipoaia. Diferenţa de nivel este de 300 de metri, pleacă de la altitudinea de 995 de metri şi ajunge la o altitudine de 680 de metri, traseul tirolianei fiind de 2174 m. Copiii se pot bucura şi ei de tiroliană, dar au un traseu separat, de circa 50 m, totuşi cel puţin la fel de spectaculos precum acela destinat oamenilor mari. Tarifele pentru o tură cu tiroliana sunt de 50 de lei pentru adulţi şi 20 de lei pentru copii, preţuri în care intră şi echipamentul.

Zona nu este lipsită de pericole, aşa că salvamontiştii îi avertizează pe turişti că este foarte important să fie echipaţi pentru o ascensiune pe munte, nu pentru plimbare în oraş, altminteri riscul de accident (majoritatea accidentelor fiind provocate de alunecarea picioarelor pe suprafaţa umedă şi lucioasă a treptelor) este mare.

Timişul de Jos, o localitate situată la câţiva kilometri de Braşov, şi să urmaţi traseul marcat. În mai puţin

GABRIEL TUDOR

Amprente ale spiritualităţii

Mănăstirea Apostolache

Aflată pe valea Cricovului Sărat din judeţul Prahova, în localitatea al cărei nume îl poartă, Mănăstirea Apostolache are hramurile Adormirea Maicii Domnului şi Sfinţii Arhangheli Mihail şi Gavriil.

Înscris pe lista monumentelor istorice din judeţ, ansamblul a fost construit la mijlocul secolului al XVII-lea. Lucrările au început în timpul domnitorului Matei Basarab şi au fost terminate de principalul ctitor, comisul Apostolache. Totul a fost ridicat în jurul unei biserici construite înainte de 1595, când a fost atestată documentar. Clădirile-anexă şi noua biserică au fost realizate între 1645-1652 prin grija neobosită a comisului şi a soţiei sale, Voichiţa. Inscripţia aflată pe clopotniţele de zid face chiar referire la comisul Apostolache, şi prin faptul că mai târziu ctitoria lui a dat numele satului care o înconjoară.

În 1652, puţin înainte de a fi terminată, mănăstirea este închinată unui aşezământ de la Muntele Athos. Între 1658-1661 însă locaşul este incendiat de tătari şi foarte multă vreme rămâne părăsit. Gheorghe Duca hotărăşte refacerea lui, urmând a fi încredinţat mănăstirii Slobozia, ctitorie a lui Matei Basarab. Ca toate aşezămintele de acest fel din ţara noastră, Mănăstirea Apostolache a avut mult de suferit de-a lungul anilor. Avariată grav de cutremurul din 1838, ea este refăcută pe cheltuiala părintelui Gherman, ieromonah Ploeşteanu, după cum subliniază pisania din 1850. Secularizarea averilor mănăstireşti duce la retragerea călu-

gărilor de aici şi biserica este folosită de săteni ca biserică parohială.

Serioase restaurări se fac începând din 1992, ansamblul constituind primul şantier comun româno-francez din cadrul unui program de schimburi culturale între cele două ţări. Proiectul a fost elaborat sub conducerea arhitectului francez Benjamin Monton şi a arhitectului român Călin Hoinărescu.

Din lipsă de fonduri însă, lucrările stagnează o vreme dar, prin implicarea autorităţilor locale şi eforturile părintelui Alexandru, în 1998 sunt reluate cu fonduri de la Comisia Europeană şi de la judeţ. Se semnează în 2010 al doilea contract cu fonduri nerambursabile, Regio, parohia devenind beneficiarul finanţării şi restaurării locaşului.

Cu prilejul lucrărilor a fost scoasă la lumină fresca din 1858, acoperită de funingine, iar în pronaos au fost descoperite două morminte, considerându-se că cel din stânga este al Voichiţei, deoarece în el s-a găsit un inel de damă.

Ansamblul, care treptat îşi recapătă strălucirea, cuprinde zidul de incintă, turnul de la intrare, chiliile cu beciuri şi biserica.

În cadrul mănăstirii este amenajat un muzeu etnografic în cadrul căruia sunt expuse vechi obiecte tradiţionale, unelte, ustensile casnice, costume populare şi vechi scoarţe româneşti. Deosebit de interesant este un interior ţărănesc din zona Cricovului.

IRINA STOICA

Amor sacru şi profan

Cariera lui Tiziano Vecellio reprezintă, pentru cei mai mulţi critici de artă, apogeul Şcolii veneţiene de pictură. De la Giovanni Bellini, Giorgione, Tintoretto, Veronese şi Bassano, marele maestru născut la Pieve di Cadore a dat o „lovitură de graţie" manierismului, care părea să domine Renaşterea culminantă. Tiziano şi ai săi – cum s-ar putea spune – au conferit culorilor supremaţia în plăcerea de a admira arta, în dauna formei şi liniilor promovate de manieriştii italieni.

Un argument de necombătut pentru afirmaţia despre supremaţia lui Tiziano în faţa celorlalţi maeştri veneţieni poate fi următorul eveniment. În anul 1899, binecunoscuta familie Rothschild (bancheri renumiţi încă din 1760) a oferit pentru capodopera „Amor sacru şi profan", finalizată de Tiziano în 1514 (când maestrul împlinise, probabil, 24 de ani), nu mai puţin de 4 milioane de lire. Proprietarul tabloului era Galleria Borghese din Roma, întrucât însuşi cardinalul Scipione Borghese îl achiziţionase în 1608. Pentru a realiza ce însemna acea ofertă colosală trebuie să precizăm că întreaga colecţie Borghese valora – la acea vreme – 3,6 milioane de lire, deci mai puţin decât oferta pentru o singură pânză. Dar ce pânză!...

Amor sacru, detaliu

Tiziano este acel tip de geniu pentru care nu poate exista o enumerare simplă de capodopere reprezentative, căci şirul lucrărilor de valoare inestimabilă este prea lung. Putem aminti cu parcimonie doar seria „Poeziilor" lucrate de maestru pentru Philip II, adică şapte capodopere inspirate din opera lui Ovidiu, de la „Danae şi Actaeon" până la „Răpirea Europei". De asemenea, „Salomeea şi capul lui Ioan Botezătorul" este una dintre cele mai emoţionante lucrări de tinereţe ale marelui veneţian.

Concert pastoral

Amor sacru şi profan este însă capodopera plină de mister şi de graţie feminină, pe care maestrul a dorit s-o execute în dimensiuni apreciabile: 118 centimetri x 279 centimetri. Această lucrare în ulei pe pânză a fost comandată de secretarul veneţian Niccolo Aurelio (care lucra în cadrul Consiliului celor Zece – guvernul Republicii Veneţiene). Trebuia să fie un omagiu soţiei sale decedate, Laura Bagarotto. Una dintre ipotezele scenariului folosit de Tiziano este că femeia îmbrăcată în alb şi care priveşte în depărtări fără să zâmbească este chiar nevasta defunctă. Ea este asistată de Cupidon şi însoţită de Venus, prezentată în seminud. Dar interpretările nu s-au oprit aici. Unii critici consideră că de fapt Tiziano a creat un scenariu al moralităţii prin care Afrodita Pandemos (adică „a poporului") este opusă nudului Afroditei Urania (adică „a cerului"). O interpretare recentă arată că de fapt femeia îmbrăcată este Proserpina, consoarta lui Pluto, iar seminudul aparţine mamei sale, Ceres. Alegoria descifrată de criticii italieni ne mai spune că nu Cupidon este cel aflat între cele două femei, ci Mercur.

Nu putem vorbi despre genialitatea lui Tiziano şi sursa de inspiraţie pe care a reprezentat-o opera sa pentru posteritate, fără a aminti cu o admiraţie supremă capodopera „Concert pastoral", finalizată în 1509 (cu paternitate discutabilă, totuşi, între Tiziano şi Giorgione). Frumuseţea indescriptibilă a nudurilor din acea compoziţie şi peisajul încântător în care mai apare, în depărtare, un trubadur este copleşitoare şi ne aduce aminte de „Dejun pe iarbă" a lui Manet, marele omagiu adus lui Tiziano.

Cuibul

Bibilici, cintezoi sau codobaturi, cele cinci păsărele demonstrează cât de ingenioasă poate fi arta corporală. Este o idee inspirată, care impune purtarea de sandale pentru a putea fi admirat „stolul" de păsărele. Ce-i drept, trebuie multă îndemânare pentru a realiza aşa ceva şi nu trebuie să te prindă ploaia. .

ZIGZAG în timp şi spaţiu

● Fruntea sus!

Una dintre metodele de ghicire a propriei personalităţi a fost denumită de Aristotel „metoposcopie" (adică „semnele de pe frunte descriu destinul"). Aceasta nu s-a bucurat, până-n secolul XVI, de o atenţie deosebită din partea ghicitorilor.

Într-un tratat de sute de pagini, straniul învăţat Gerolamo Cardano complică şi simplifică în acelaşi timp citirea destinului pe frunte. El

identifică şapte linii principale asociate astrelor, şi anume (pornind de la sprâncene în sus): linia Lunii (necazuri în dragoste), a lui Mercur (noroc în toate cele), a lui Venus (fericire în dragoste), a Soarelui (isteţime), a lui Marte (afaceri profitabile), a lui Jupiter (sănătate) şi a lui Saturn (genialitate). Intersecţiile dintre aceste linii generează comentarii interminabile, la fel ca lungimea şi profunzimea lor. Cea mai favorabilă situaţie este aceea a întretăierii liniei Soarelui cu linia lui Saturn şi cu cea a lui Marte, considerându-se că astfel toate calităţile lor sunt amplificate. Cea mai nefericită situaţie o constituie întrepătrunderea liniei Lunii cu oricare dintre celelalte linii, căci Luna este aducătoare de ghinion (intersecţia cu Jupiter înseamnă viaţă foarte scurtă!).

Pe lângă aceste aşa-zise „definiţii" ale destinului, maestrul a întrezărit numeroase semne care pot însoţi liniile. Crucile şi stelele sunt favorabile, iar pătratele şi triunghiurile sunt „păcătoase". Celelalte tipuri de neregularităţi au „influenţă" aleatorie, în funcţie de poziţiile lor... Gerolamo Cardano mai împarte liniile în trei zone (de la stânga la dreapta), corespunzător celor trei etape ale vieţii. Mai mult, autorul susţine că poate ghici şi durata vieţii (conform cu lungimea liniei sănătăţii) şi modul cum ne vom despărţi de ea. Dacă liniile sunt profunde, vom muri de bătrâneţe; dacă sunt subţiri şi roşiatice, atunci boala sau tristeţea ne va doborî... Nu putem spune, fără ironie, fruntea sus!

● Fântână legendară

Valencia, port spaniol la Marea Mediterană, are o tradiţie veche de aproape o mie de ani. „Tribunalul apelor" reprezintă un obicei care astăzi nu mai are relevanţă practică, însă el se manifestă periodic, drept recunoştinţă şi admiraţie faţă de geniul arab al irigaţiilor care s-a manifestat aici. Fântâna Turia poartă numele râului care odinioară, prin cele şapte canale ale sale, uda întinsele plantaţii din apropierea Valenciei – capitală şi a unui regat maur independent, între 1021 şi 1238.

Acum un mileniu, distribuirea volumului de apă pe cele şapte canale era făcută de şapte judecători. Apele nisipoase ale râului deveneau din ce în ce mai sărace şi nu lipseau conflictele între agricultori. Legiuitorii împăcau spiritele şi făceau în aşa fel încât toate recoltele să fie mănoase. Astăzi, după ce râul a secat şi în albia lui domină alinierea perfectă a portocalilor şi palmierilor, „judecătorii de apă" – îmbrăcaţi în costume de juri medievali – se întrunesc (în fiecare zi de joi a verii) în catedrala din Piaţa Sfintei Maria şi iau decizii ca pe vremuri. În ansamblul Fântânii Turia, ei sunt reprezentaţi prin şapte nimfe care înconjoară un majestuos bărbat stând pe tron, simbol al râului însuşi...

Această nostalgie a spiritualităţii maure ascunde de fapt „dihonia" dintre valencieni şi vecinii lor din Provincia Catalunia. Marile edificii arabe (aşa cum sunt Palatul Alhambra din Grenada, Marea Moschee din Cordoba etc.) lipsesc din acest oraş (al treilea ca mărime din Spania), aici predominând aşezămintele de cult creştine ale stilurilor gotic şi rococo.

Pagină realizată de
PAUL IOAN

Infirmiera criminală

● Epoca victoriană (perioada de domnie a reginei Victoria, din 1837 şi până la moartea ei, în 1901) a fost una extrem de prosperă pentru Marea Britanie.

● Una dintre caracteristicile acestei „ere" a fost ridicarea moralităţii la standarde excepţionale. O consecinţă a acestor exigenţe a fost stigmatizarea femeilor însărcinate şi nemăritate.

● În consecinţă, copiii născuţi în astfel de situaţii aveau, deseori, destine imprevizibile.

Una dintre cele mai prolifice criminale din epoca victoriană a fost Amelia Dyer (1829-1896), o psihopată care a profitat la maximum de situaţiile jenante ale fetelor nemăritate şi gravide. Ideea de a face bani prin intermediul pruncilor nedoriţi i-a venit în adolescenţă, atunci când a devenit fără voie infirmiera mamei sale bolnave psihic. Traumele i-au deformat definitiv mentalitatea şi Amelia Dyer şi-a amenajat o proprietate în care se oferea, contra cost, să găzduiască „gravidele clandestine" şi apoi pe copiii născuţi. La început, sumele pe care le primea (între 5 şi 20 de lire sterline) îi conveneau pentru a avea grijă de nounăscuţi, dar necazurile din propria ei familie (părăsită de soţ) i-au zdruncinat şi mai mult psihicul. După ce a ucis (cu alcool sau opium) câţiva prunci, ea a fost internată la ospiciu drept pedeapsă pentru „neglijenţă". Medicii de atunci nu puteau pune un diagnostic corect şi Amelia Dyer — infirmiera fetelor sărace — a scăpat de justiţie. Poliţia nu a reuşit să construiască un caz.

După doi ani de ospiciu, criminala s-a întors la „ferma blestemată" şi, schimbându-şi numele şi dând anunţuri de profil la ziare — şi-a continuat nestingherită cariera de asasină în serie de bebeluşi.

Modalitatea principală prin care scăpa de corpul victimelor era aruncarea acestora în Tamisa, pentru pierderea oricăror urme. Niciuna dintre mamele afectate nu s-a mai interesat de soarta progeniturii sale, însă ghinionul ucigaşei a fost că un barcagiu a găsit un astfel de cadavru legat cu cărămizi şi care ajunsese la mal.

A fost arestată pentru o singură pruncucidere, dar cercetările au arătat că este sigur că a omorât peste 200 de prunci, în peste douăzeci de ani. A fost spânzurată în 1896, fără a se mai aştepta mărturisiri complete. De asemenea, s-a încercat, fără succes, să se facă o legătură între Amelia Dyer şi cazul „Jack Spintecătorul".

Știați că...

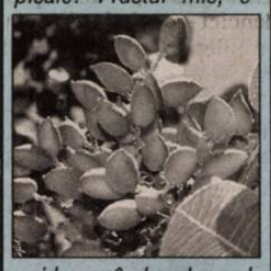
◆ ...papaia este un arbore fructifer? Este răspândit în zona tropicală.

◆ ...kuna este o unitate monetară? Se folosește în Croația.

◆ ...Rânca este o stațiune climaterică și de odihnă din țara noastră? Se află în Munții Parâng.

◆ ...berjera este un fotoliu lung și adânc? Spătarul înalt este ușor prelungit lateral.

◆ ...fisticul este un arbore cultivat în țările tropicale și subtropicale? Fructul mic, ovoid, cu sâmburele verde se consumă ca atare sau se folosește în produse de cofetărie.



◆ ...hidromelul este o băutură alcoolică? Este obținută prin fermentarea mierii de albine cu apă.

◆ ...Alexandru cel Mare ținea foarte mult la părul său, pe care și-l dorea să rămână strălucitor și de un blond spre portocaliu? De aceea și-l spăla permanent cu șofran.

◆ ...în Grecia, prin „hierodul" se înțelege un anume sclav? Acesta era în serviciul unui templu.

Știați că...

Palenque

un simbol al puterii mayașe

Străvechea cultură amerindiană maya, ale cărei origini coboară până în jurul secolului al IV-lea î.Hr., acoperea un vast teritoriu din America Centrală. Se dezvoltase în principal în Peninsula Yucatan și pe suprafața pe care în zilele noastre se află statele Mexic, Guatemala, Honduras și Belize, atingând apogeul între secolele VII-IX. Astăzi mai există circa două milioane de urmași ai acelei strălucite civilizații, oameni care și-au păstrat identitatea, vorbind limba strămoșilor.

Palatul

O importantă așezare mayașă a fost orașul-templu de la Palenque, din actualul stat mexican Chiapas, cățărat pe culmea unui deal și ascuns de luxurianta pădure tropicală. Ansamblul conține câteva construcții care aveau un rol deosebit pentru vremea respectivă. Aici se aflau Palatul Templul Inscripțiilor și, ceva mai departe, apeductul cu acoperișul în consolă, ridicat pentru apele din zonă, în special pentru râul Otulum.

Palatul prezintă un labirint complicat care conduce la baza unui turn cu patru etaje. Din vârful acestuia, mayașii cercetau cerul și priveau apa fluviului Usumancinta, curgând până în Golful Mexic.

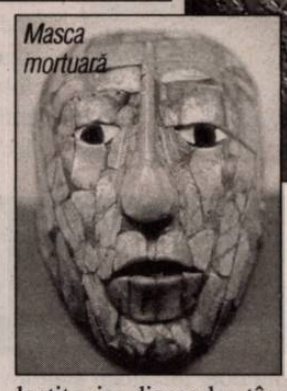
Tot de aici puteau fi admirate clădirile religioase. Cele trei piramide așezate în jurul unei piețe erau Templul Soarelui, al Crucii și al Crucii Lobate. Toate aveau forma unei piramide în scări, cu acoperiș mansardat.

Templul Inscripțiilor

În mijlocul fiecăreia există o încăpere unde se afla câte o tăbliță pe care erau săpate, pe lângă textele în hieroglife, și imaginile a doi bărbați, având în mijloc un obiect de ceremonie. Cel mai cunoscut și mai frumos dintre aceste temple este Piramida Soarelui, închinată zeului Infernului și prezervând o mască a Zeului Jaguar. Celelalte două temple prezintă imaginea unui copac în formă de cruce, având pe ramurile sale o pasăre.

Remarcabil este de asemenea Templul Inscripțiilor, comparabil cu piramidele egiptene. Se știau puține lucruri despre el până în 1949, când un arheolog mexican, Alberto Ruz Lhuiller, care a găsit o dală uriașă în podeaua templului, sub care era o scară blocată de pietre și sfărâmături. A fost nevoie de trei ani pentru a se curăța locul și a putea pătrunde înăuntru. La capătul de jos al scării erau șase schelete de tineri, reprezentând, probabil, sacrificii umane. Sub dală se afla mormântul regelui Pacal.

Mormântul regelui Pacal



Masca mortuară

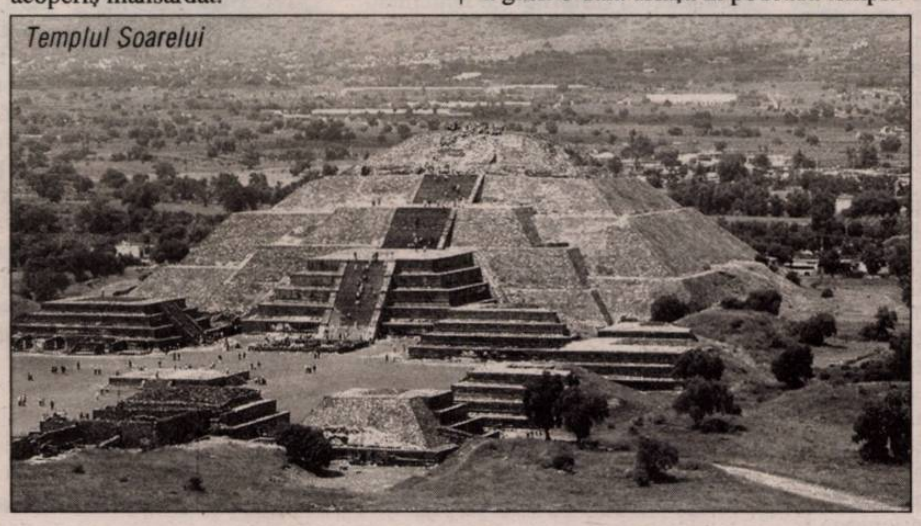
Cripta enormă avea o formă rotundă părând o capelă pe ai cărei pereți se ridicau stalactite, iar din podea țâșneau stalagmite de piatră. Mormântul era acoperit de o dală grea de 5 tone, iar sarcofagul avea un capac cioplit minuțios, prezentând imagini simbolice, sugerând călătoria sufletului spre tărâmul morților. Este înfățișat în planul principal un bărbat care se înclină spre copacul sacru despre care mayașii credeau că face legătura între Pământ și Lumea de Dincolo și având în jur tot felul de dragoni și alte făpturi mitologice. Reprezentările sunt atât de neașteptate, încât Erich Von Däniken presupunea că sunt imaginea unui cosmonaut, dar concluziile arheologilor au fost că ele înfățișează transformarea unui conducător maya într-un zeu.

Interesantă era și masca mortuară a scheletului dinăuntru, făcută din jad, cu ochii de obsidian și sidef. Era realizată din 200 de cioburi de jad fixate pe un suport de lemn. Scheletul era împodobit cu cercei, coliere și inele și avea în gură o podoabă din aceeași piatră verde.

Aparținuse regelui Pacal, în traducere „Scut de Mână", care urmase la tron mamei sale, Zac-Kuk, și devenise conducător la 12 ani. Se crede că ar fi murit în anul 683 și ar fi avut vârsta de 80 de ani. Cu toate acestea scheletul aparține unui bărbat de circa 40 de ani și se presupune că vârsta fusese calculată după un alt calendar. Regele a transformat Palenque într-un important centru de ceremonii bazate pe ciclurile agricole și pe un profund cult al strămoșilor, dintre care înaintașii lui erau sculptați pe marginea mormântului.

Regele Pacal a adus cetatea la o culme a elitei, neatinsă până atunci. Templul inscripțiilor conține multe însemnări în acest sens, dar numai o parte au fost descifrate. Un rol important în cultul strămoșilor l-au avut preoții astronomi, care au practicat o numerologie complicată de previziuni ce au dus la părăsirea templelor în anul 835.

Calculele ciudate și-au găsit o explicație într-o parte dintre inscripțiile din Templul Crucii, dedicat fiului lui Pacal, dar cele mai multe taine sunt ascunse în hieroglifele magice încă nedescifrate.



Templul Soarelui

Poarta Eroilor din Trivale

Ridicată în municipiul Pitești, pe strada care conduce spre Parcul Natural Trivale, la capătul aleii care cândva ducea spre cazarma Regimentului 4 Dorobanți, monumentul a fost dezvelit la 28 septembrie 1926.

Construit sub forma unei porți tradiționale, este înălțat din zidărie, pe un soclu de piatră și acoperit cu țiglă. Deasupra sunt inscripționate cuvintele „Poarta Eroilor", iar pe arcada din interior stă scris „Pentru țară, pentru glorie, pentru drapel". Pe stâlpi sunt notate localitățile unde au avut loc lupte între 1916-1917 și numele celor căzuți între 1877-1878 și 1916-1918. Omagiu adus celor 1000 de eroi argeșeni căzuți la datorie, Poarta a fost restaurată în 1971.

Pagină realizată de IRINA STOICA

Simboluri ale umanității

Nereus

Protector al corăbiilor, Nereus este un zeu preolimpian din mitologia greacă.

Locuiește într-o grotă de pe fundul Mării Egee și este prezentat ca un bătrân binevoitor, venerabil dar bonom, un locuitor al mării, înțelept și profetic.

Este un simbol al mărinimiei zeilor apelor, care permit călătorilor să le străbată pe vasele lor, teritoriile.

Înfățișat cu sceptru și trident, se poate supăra din când în când,

dar este îmbunat când i se înalță rugăciuni sau i se aduc jertfe. Este primul fiu al zeului Pontos, simbolizând marea și al zeiței Gaia, înfățișare mitică a pământului.

Împreună cu soția sa, Doris, are 50 de fiice, Nereidele, fecioare deosebit de frumoase care locuiesc pe fundul apelor și reprezintă marea calmă și surâzătoare.

Drone indezirabile

Diverse specii de animale care dispun de abilităţi „sportive", nu numai că nu suportă dronele care survolează habitatul lor, dar în momentul oportun le doboară. O fac, probabil, şi din curiozitate.

Un caz recent a fost înregistrat într-o rezervaţie de tip grădină zoologică din marginea oraşului Arnhem (Olanda) care acoperă o suprafaţă de 45 de hectare. Este împărţită în 7 sectoare delimitate fiind frecventată anual de aproximativ 1,5 milioane de vizitatori. Spaţiul rezervat cimpanzeilor, elefanţilor asiatici şi gorilelor a fost survolat la un moment dat de o dronă care filma.

Una dintre maimuţe, care a zărit-o în timp ce evolua la mică înălţime, a luat o bâtă şi a izbit-o cu o precizie de jucător de baseball.

S-a apropiat apoi de trofeul care zăcea pe sol şi l-a cercetat curioasă ca un om de ştiinţă aflat în faţa unui extraterestru inert. Drona a fot recuperată, nu înainte ca îngrijitorii să îndepărteze agresorul mituindu-l cu un ciorchine de banane. (D.M.)

Când „legile" dragostei ucid

Motivaţiile comiterii crimelor sunt, practic, nenumărate. Unele dintre acestea au însă componente cu totul neobişnuite, mai ales dacă la baza abominabilei fapte se pare că ar sta tocmai iubirea. S-a întâmplat în Japonia, iar în dreptul autorului e numele unei femei – Mie Nishiyama, de 43 de ani, din oraşul Sakai, acuzată de tentativă de omor, după un apel de urgenţă lansat chiar de victima potenţială, soţul ei în vârstă de 31 de ani. Totuşi, principalul responsabil pare să fi fost... Sfântul Valentin.

Aşa-numita „zi a îndrăgostiţilor" botezată, fără nicio conotaţie religioasă, Valentine's day, a fost „importată" în arhipelagul nipon devastat de războiu, în anii 1950. În fine, ingerarea unor asemenea evenimente artificiale s-a petrecut mai mereu, şi în alte zone ale lumii, după cum ştim şi noi foarte bine.

Totuşi, japonezii au ştiut să facă o adaptare cu specific local a produsului de sorginte occidentală. Astfel, dacă pe 14 februarie bărbaţii – soţi, amanţi, colegi sau chiar şefi! – sunt cei care primesc ciocolată şi alte dulciuri, în mod obligatoriu, fix o lună mai târziu aceştia trebuie să le ofere, la rândul lor, partenerelor cadouri care să includă ceva alb, motiv pentru care 14 martie este numită şi „Ziua albă".

Or, în cazul de faţă, nefericitul şi ingratul bărbat a omis ca în ziua respectivă să se ducă la Mie cu darul cel imaculat. În consecinţă, femeia, care îl mai şi suspecta de infidelitate (păcatele tinereţelor, ce să-i faci?!), l-a sancţionat drastic, strângându-i cravata în jurul gâtului mai mult decât acesta putea suporta.

Din fericire pentru el, a scăpat cu viaţă de data aceàsta şi e greu de presupus că la anul va uita iar în ce zi şi pe ce lume se află. Asta, în caz că îi va mai fi partener năbădăioasei nipone, desigur. *(A.N.P.)*

Afiş insolit

Îngrijoraţi de mulţimea accidentelor de pe şosele datorate vitezei, autorităţile din Touillon-et-Loutelet (Franţa) au hotărât să ia măsuri urgente.

Ideea a fost mai mult decât îndrăzneaţă: 11 dintre „aleşii locali" au pozat pentru un poster uriaş pus la intrarea în oraş. Fotografia nu era însă una obişuită. Cei 11 au fost fotografiaţi goi, purtând însă în faţă câte un disc prin care îşi acopereau... cu decenţă părţile intime. Pe disc era inscripţionată cifra 30, atrăgând astfel atât privile cât şi atenţia conducătorilor auto. Viteza admisă de obicei, cea de 50 de km/oră, era astfel redusă pentru că localitatea nu avea trotuar.

Se pare că automobiliştii au luat avertismentul în serios şi afişul respectiv şi-a atins scopul. (I.S.)

Zeci de milioane de dolari, la 5 kilometri adâncime

În 6 noiembrie 1942, un submarin german a torpilat în largul Namibiei nava britanică City of Cairo, care transporta 7422 tone de mărfuri şi peste 2000 de lăzi umplute cu monede din argint în greutate de 100 de tone, valorând peste 50 milioane de dolari. Şi dusă a fost pe fundul oceanului... Epava a fost căutată din 1984, dar fără succes. Doi cercetători francezi, extrem de ambiţioşi şi perseverenţi, au făcut pe fundul oceanului nenumărate încercări pentru a o depista, utilizând tehnologii de vârf: sonare, roboţi submarini care evoluează la mari adâncimi, îmbarcaţi pe o navă de cercetări oceanografice.

După ani de cercetări infructuoase au decis să abandoneze proiectul. Până în momentul în care unul dintre roboţi a trimis semnale încurajatoare. Epava a fost descoperită recent, la o adâncime de peste 5000 metri, la vest de Namibia. Împreună cu o altă echipă specializată în recuperarea obiectelor din epave submarine, au reuşit să aducă la suprafaţă lăzile.

Ministerul britanic al transporturilor a acceptat să cedeze o parte din monedele din argint celor doi francezi. Echipa care a recuperat comoara n-a fost interesată însă de argint, ci de bani cash. *(D.M.)*

Satul din „prăpastia somnului"

Din anul 2010, locuitorii satului Kalachi din Kazahstan cunosc un fenomen bizar, căruia niciun om de ştiinţă nu i-a putut găsi până acum explicaţia. Este un veritabil pericol, o ameninţare permanent venită de nu-se-ştie-unde, care deja i-a lovit pe mai mult de 100 de localnici din cei circa 600 de săteni. Mai clar, fenomenul se manifestă prin pierderea bruscă a cunoştinţei, şi nu ca un leşin de câteva minute sau ore, ci totul durează de la două până la cel puţin 6 zile! În plus, bizarul flagel se manifestă în valuri, iar mărturiile victimelor sunt halucinante.

„Mă pregăteam de dimineaţă să mulg vacile, ca de obicei, când am adormit brusc – povestea Marina Felk, o localnică de 50 de ani. Nu-mi amintesc nimic. Când m-am trezit, mă aflam într-un salon de spital şi câteva infirmiere îmi zâmbeau. Una dintre ele mi-a spus: Bine-ai venit, Frumoaso din Pădurea Adormită, în sfârşit, te-ai trezit!" Femeia dormise două zile şi două nopţi, fără întrerupere.

Însă nu doar localnicii sunt loviţi de înfricoşătorul fenomen. Alexei Gom (30 de ani), venit la un sfârşit de săptămână în vizită la soacra sa, relata că, de dimineaţă, şi-a deschis laptopul şi câteva documente pe care voia să le citească, dar... „Asta a fost tot! Parcă cineva a răsucit brusc un comutator şi m-a «stins». M-am trezit la spital, cu soţia şi mama soacră la căpătâi. La analize nu mi s-a găsit nimic anormal. Dar dormisem mai mult de 30 de ore."

Dacă cei mai mulţi au suspectat un fel de boală a somnului iscată în mod misterios, un alt amănunt vine să-i înspăimânte şi mai mult pe cei care măcar trec prin Kalachi: halucinaţii oribile suferite de regulă de copii şi vârstnici.

Vera Kolesnicenko (31 de ani) a părăsit satul după ce fetiţa ei de 4 ani, Margarita, a început să delireze, spunându-i insistent: „Mamă, mamă, ai trei ochi!" Apoi, plângând îngrozită: „Uite, se urcă ceva pe radiator!" Se menţionează că testele bacteriologice şi virale, analizele de sol, apă, aer, dar şi de sânge şi de ţesut uman nu au dus la niciun rezultat concludent, după cum nici ipoteza unui soi de intoxicaţie cu votcă nu stă în picioare.

Altceva e însă curios în acest sat uitat de lume. În imediata vecinătate se află un oraş-fantomă, fostul Krasnogorsk, unde o mină de uraniu exploatată mulţi ani pe timpul sovieticilor a fost abandonată peste noapte. De ce? Poate că, totuşi, „cineva" cunoaşte o realitate stranie şi ameninţătoare, care încă nu trebuie cunoscută de public. *(A.N.P.)*

Ariciul arheolog

O echipă de arheologi israelieni a făcut o descoperire importantă, în condiţii mai puţin obişnuite. Cercetătorii efectuau o inspecţie de rutină într-un sit din zona Horbat Siv, din centrul ţării, pe linia acţiunilor de combatere a furturilor de antichităţi. La un moment dat, ei au observat un muşuroi de pământ situat în imediata apropiere a vizuinii unui arici şi, atraşi de forma neobişnuită, au scormonit puţin, scoţând la iveală o lampă de ceramică, absolut intactă, a cărei vechime a fost estimată la aproximativ 1400 de ani. De fapt, obiectul fusese scos din pământ de mica vietate, în timp ce îşi săpa culcuşul.

„Ariciul este un excelent arheolog, care ştie să facă săpături într-o manieră impecabilă – a declarat, fără nicio glumă, Ira Horovitz, responsabil din partea Autorităţii de Antichităţi. Cum ţara noastră numără multe situri arheologice, se întâmplă ca aricii să-şi construiască adăpostul între vestigiile subterane. Ei scot pământul ca nişte veritabili experţi către suprafaţă şi, odată cu el, diverse piese arheologice."

Totuşi, cu toate avantajele acestui ajutor „profesional" gratuit, arheologii au lansat şi un avertisment către... toţi aricii din ţară: „Noi le recomandăm să se abţină de la a mai răscoli prin siturile arheologice de pe teritoriul ţării şi îi avertizăm că acest gen de activitate neautorizată constituie un delict!". Mă rog, gluma e glumă, dar rezultatele muncii voluntare a acestor simpatice animăluţe sunt absolut spectaculoase. *(A.N.P.)*

Cvadrupleţi la 65 de ani

Berlineza Annegret Raunigk a atras atenţia opiniei publice după ce presa a dezvăluit faptul că la 55 de ani a dat naştere unei fetiţe, cel de-al 13-lea copil al familiei. S-a întâmplat în 2005. La sfârşitul anului trecut a rămas din nou însărcinată, recurgând la inseminare artificială, de data aceasta purtând în pântec cvadrupleţi! Un motiv de bucurie sau de teamă, dezamăgire?

Annegret a mărturisit că nu e deloc neliniştită atâta vreme cât se simte într-o formă bună fizică şi psihică şi că e convinsă că naşterea nu-i va crea probleme de sănătate. Această profesoară de engleză şi rusă aflată în pragul pensionării ar putea deveni cea mai în vârstă mamă din lume care a născut cvadrupleţi.

Mai multe televiziuni şi publicaţii din ţară şi din lume au încercat să obţină un interviu, dar au primit undă verde doar cotidianul Bild şi postul TV RTL. Annegret a declarat, printre altele, mai în glumă, mai în serios, că a cedat insistenţelor uneia dintre fete în vârstă de 9 ani, care îşi dorea un frate sau o soră mai aproape de vârsta sa... *(D.M.)*